



## Gefüllte Zucchini Blüten

Frisch aus dem Garten auf den Tisch– eine köstliche Vorspeise oder Beilage

Zutaten:

10 – 12 Zucchini Blüten

1 kleine Zwiebel

160 g Zucchini

1 EL Olivenöl

80 g Frischkäse

1 Ei

40 g geriebenen Parmesan

Pfeffer

Salz





Zwiebel klein hacken, Zucchini grob raspeln und beides in Öl ca. 10 Minuten dünsten, dann auskühlen lassen. Zucchini Blüten mit einem Messer öffnen, vorsichtig den Pollenstiel herausschneiden.

Frischkäse, Ei und geriebenen Parmesan mit den gedünsteten Zucchini vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Diese Masse in die Zucchini Blüten füllen und oben zudrehen.

In einer feuerfesten Form ein bisschen Öl auf den Boden geben, gefüllte Zucchini Blüten einlegen. Ein paar Tropfen Öl oben drauf träufeln.

Ofen vorheizen: Ober- und Unterhitze ca. 180° C

20 Minuten im Ofen backen, während der Zeit die Zucchini Blüten einmal wenden.

