

# Zucchini

## ● Gefüllte Zucchini

Zutaten für 4 Personen:

4 runde Zucchini aushöhlen, in gefettete Auflaufform stellen,  
Zucchini-Fruchtfleisch,  
2 Schalotten,  
2 Fleischtomaten,  
1 gelbe Paprika,  
alles würfeln und in Olivenöl andünsten,  
2 Tassen Gemüsebrühe dazugeben,  
1 Tasse Reis,  
1 Beutel geriebenen Käse einrühren,  
mit Salz und Pfeffer abschmecken.  
Masse in und über die Zucchini geben.  
Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad ca. 35-45 Minuten  
backen.

Alternativ kann man auch 200g Hackfleisch mit andünsten und  
den Reis dann weglassen.

Mit Brot und Salat servieren.

## ● Zucchiniküchle

Zutaten für 4 Personen:

4-5 mittelgroße Zucchini schälen, grob schneiden und  
in wenig Wasser weichkochen, Wasser abschütten,  
Masse in ein Küchentuch geben und gut ausdrücken,  
2-3 getrocknete Brötchen in heißer Milch einweichen,  
ausdrücken, zur Zucchinimasse geben,  
1-2 Eier,  
ca. 80 g geriebener Parmesan,  
alles gut vermengen, mit Salz, Pfeffer und Muskat  
abschmecken.  
Sollte die Masse zu feucht sein, noch etwas Weckmehl  
untermengen.  
Flache Küchle formen und entweder in Öl in der Pfanne  
goldbraun ausbacken, oder frittieren.  
Sind eine herrliche Beilage oder einfach mit Salat  
genießen.

## ● Zucchini-Tassen-Kuchen

(300ml Bechertassen verwenden, ergibt 2 Kastenformen)

3 Eier, 1 Tasse Öl, 1,5 Tassen Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker,  
alles gut schaumig rühren,  
2-3 Zucchini schälen, mit der mittelstarken Reibe reiben,  
leicht ausdrücken,  
2 Tassen geriebene Zucchini,  
1 Tasse gemahlene Walnüsse,  
0,5 Tasse Rosinen (wer mag),  
3 Tassen Mehl,  
1 TL Salz, 2 TL Zimt  
1,5 Päckchen Backpulver,  
alles vorsichtig unter die Eimasse rühren, in gefettete  
Kastenformen geben und bei 160 Grad, ca 70 Minuten backen,  
nach dem Erkalten mit Schokoguß bestreichen.