

Gefüllte Zucchini Blüten

Für 4 Portionen

ZUTATEN

5-6 Zucchini Blüten
Gemischter Salat
4 grüne Tomaten
150 g Kerbel
300 g Frischkäse
100 g Parmesan
2 Eier
100 g Mehl
100 g Panko-Mehl
500 ml Sonnenblumen- oder
Speiseöl
100 ml Olivenöl
Salz
Pfeffer
Muskatnuss



ZUBEREITUNG

Frischkäse, Parmesan und Kerbel in einen Standmixer geben. Mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen und gut mixen.

Frischkäsemasse in einen Spritzbeutel füllen. Die Blüten der Zucchini vorsichtig öffnen und mit der Frischkäsemasse füllen.

Die Blüten mit einer leichten Drehung wieder schließen. Die übrige Füllung mit etwas Olivenöl zu einem Dressing verrühren.

Eier, Mehl und Panko-Mehl auf drei ausreichend große Teller geben. Die Eier mit einer Gabel ordentlich verrühren. Jetzt die Zucchini Blüten zuerst mit Mehl, dann mit Ei und zum Schluss mit Panko-Mehl bedecken.

Gefüllte Zucchini Blüten

ZUBEREITUNG

Währenddessen das Öl in einem ausreichend großen Topf langsam erhitzen. Mit einem Holzlöffel testen, ob das Öl die richtige Temperatur hat. Am Löffel sollten sich kleine Bläschen bilden. Die Zucchini Blüten nach und nach circa zwei Minuten von jeder Seite anbraten. Sie sollten nicht zu braun werden.

Den gemischten Salat und die grünen Tomaten auf einer großen Platte anrichten und das Dressing darüber träufeln. Die Zucchini Blüten darauf arrangieren und warm servieren.