

Kochen mit Klaus

Zuccinissalat mit gerösteten Mandeln

Zutaten: (Beilage für 4-5 Personen)

- 1 mittl. Zucchini, 1 rote Zwiebel, Olivenöl, 50 g geschälte Mandeln,
- 3 Tomaten, 1 Knobizehe, 125 g Mozzarella, bunte Pfeffermischung,
- Salz, 4 EL Balsamico, 2 TL brauner Zucker, 2 EL Wasser,
- 2 EL TK-Italienische Kräuter, 3 Zweige frischer Basilikum

Zubereitung:

1. Gemüse putzen. Ein paar Ringe von der Zwiebel schneiden, Rest mit Knobi fein würfeln. Mozzarella abtropfen lassen u. klein würfeln. Zucchini in dünne Scheiben schneiden. Tomaten in Spalten schneiden. Basilikum bis auf eine Krone in Streifen schneiden.



2. Balsamico mit Salz, Pfeffer u. Zucker abschmecken. Wasser, 2 EL Öl u. Kräuter unterschlagen. Mandeln in einer Pfanne ohne Fett anrösten u. noch heiß in das Dressing geben. 30 Min. ziehen lassen.



3. Zucchini portionsweise in Olivenöl andünsten u. herausnehmen. Zwiebeln u. Knobi im Bratfett glasig dünsten, Zucchini zugeben u. abgedeckt einige Min. ziehen lassen. Abkühlen lassen. Zucchini u. Zwiebeln mit Tomaten, Mozzarella, Basilikumstreifen u. Dressing mischen. Mit Zwiebelringen u. der Basilikumkrone garnieren.



Tipp des Chaoten: Eine tolle Grillbeilagen-Variante!

