

Rezepte

Zucchini-Buletten

(Original Rezept und Bild von der Zeitschrift essen & trinken)



Zutaten

für 2 Personen:

250 g Zucchini,
Salz,
1 Zwiebel,
2 El Öl,
1/2 Tl getrockneter Thymian,
1 El Mehl,
3 El Semmelbrösel,
20 g frisch geriebener ital. Hartkäse (z. B. Grana Padano),
1 Ei, (Kl. M),
Pfeffer

Zubereitung:

Zucchini grob raspeln und mit 1 guten Prise Salz in einer Schüssel mischen. Beiseitestellen.
Zwiebel fein würfeln. 1 Tl Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen, Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten.

Ein sauberes Geschirrtuch ausspülen und auswringen. Zucchini raspel darin gut ausdrücken.

Zucchini, Zwiebelwürfel, Thymian, Mehl, Semmelbrösel, Parmesan und Ei gut mischen.

Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen, aus der Masse mit feuchten Händen 6 Buletten formen.

Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen und die Buletten von jeder Seite in 3-4 Min. goldbraun braten.

Guten Appetit!