

Zucchini creme | Mutabbal Kusa



Zutaten für 4 Personen

300 g Zucchini
2 EL Olivenöl
2 EL Tahini
2 EL Zitronensaft
2 Knoblauchzehe
Crispy Chili Öl (optional)
Salz und Pfeffer
Sesam als Topping

Zucchini waschen oder schälen und klein würfeln. In einer Schale mit 1 EL Olivenöl ordentlich durchmischen und im Backofen oder Airfryer rösten, bis das Gemüse Farbe angenommen hat. Die Knoblauchzehen für etwa 8 Minuten (oder bis der Knoblauch weich ist) mit zu den Zucchiniwürfeln geben.

Etwas abkühlen lassen.

In einer Schale 1 EL Olivenöl, 2 EL Tahini, 2 EL Zitronensaft mit Salz und Pfeffer verrühren. Die Knoblauchzehen hineindrücken, Zucchiniwürfel hinzugeben und alles mit einer Gabel zerdrücken und vermengen.

Nach Gusto mit etwas Crispy Chili Öl abschmecken (bitte vorsichtig herantasten!) und mit Sesam bestreuen.

Die Creme schmeckt als Brotaufstrich, zum Dippen von Gemüse und Crackern oder auch im Salat als Dressing.

Wir wünschen guten Appetit!

