



Kochen

Caroline Autenrieth Zucchini-Joghurt-Dip

20.08.2024
Für 4 Personen

Zutaten:

- 1 Zucchini, mittelgroß, ca. 250 g
- etwas Salz
- 1 Bund Kräuter, gemischt, z. B. Estragon, Kerbel, Petersilie, Schnittlauch
- 150 g Joghurt
- 1 TL Zitronensaft
- etwas Pfeffer
- 1 Prise Zucker

Zubereitung

1. Zucchini abbrausen, trocknen und grob zerkleinern.
2. Zucchini in leicht gesalzenem Wasser ca. 4-5 Minuten weich kochen.
3. Zucchini abgießen und abtropfen lassen.
4. Kräuter abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden.
5. Zucchini, Kräuter, Joghurt, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker fein pürieren.

Abschmecken und etwas ziehen lassen. Passt als Dip zu Aufläufen, Kurzgebratenem oder Gemüsesticks.