

Zucchini-Parmesan-Sticks



Zutaten für ca. 12 Sticks:

1-2 kleinere Zucchini

4 EL geriebener Parmesan

Salz

Rosenpaprika

1/2 TL Semmelbrösel

1/2 TL Speisestärke oder Mehl

1. Kleine Zucchini längs halbieren und in gefällige Sticks schneiden. Bei größeren längs vierteln und die inneren Kante abschneiden.

2. Geriebenen Parmesan mit Salz, Rosenpaprika, Semmelbrösel und Mehl vermengen. Die Sticks mit dieser Mischung bestreuen.

3. Ein Backblech mit Alufolie auskleiden. Einen engmaschigen Rost darauf setzen und die Zucchini-sticks darauf platzieren. Das Blech unter den gut vorgeheizten Grill schieben und die Sticks einige Minuten grillieren, bis der Käse bräunlich wird.

Hinweise:

Wer die Zucchini gerne weich mag blanchiert die Sticks für 1-2 min in Salzwasser.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 15 min, Gesamtzeit ca. 25 min, Amuse-Gueule, vegetarisch, italienisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 24.01.2023