

Zutaten

- 1 Zwiebel
- 4 mittelgroße grüne Zucchini
- 6 Zehen Knoblauch
- ½ TL (gestrichen) Kreuzkümmel gemahlen
- 1 TL Tahini
- Petersilie
- Minze
- Zitronensaft
- Salz
- Olivenöl
- Optional Sesam und schwarze Zwiebelsaat

Saucen Dips Marinaden Gewürze

Zucchini-Knoblauch-Dip

Entdecken Sie unser Rezept für einen cremigen Zucchini-Knoblauch-Dip! Perfekt für Mezze. Jetzt ausprobieren bei Kochateliers!

So wird’s gemacht:

1. Zwiebeln und Zucchini in grobe Würfel schneiden. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebeln sowie die Zucchini darin farblos angehen lassen. Mit Salz würzen und für ca. 20 Minuten leicht köcheln lassen, bis die Flüssigkeit verdampft und das Gemüse weich ist. Diese sollte sich mit einer Gabel gut zerdrücken lassen. Geriebene Knoblauchzehen und Kreuzkümmel hinzufügen und nochmals 5 Minuten köcheln lassen, dabei umrühren. Dip auskühlen lassen. Dann nochmals mit Salz einigen Spritzern Zitronensaft, Olivenöl, gehackter Minze und Petersilie abschmecken. Auf einer flachen Platte verteilen und mit Olivenöl beträufeln. Gerne mit geröstetem Sesam und schwarzer Zwiebelsaat ausgarnieren.