



Zucchettistäbchen mit Curry-Maispanade

Gärtner*innen kennen das Problem: Im Sommer sind sie plötzlich im Überfluss da, die Zucchettis, und sie wollen verwertet werden. Sie sind ja ein feines Gemüse und lassen sich auf vielfältige Weise zubereiten, nur ihre massierte Präsenz steht manchmal einem freudvollen Umgang mit ihnen im Wege. Nach diesem Rezept lassen sich Zucchini auch nicht massenweise verarbeiten, aber die knusprigen Zucchettistäbchen lassen sich immerhin vielfältig verwenden: Einfach so als Häppchen zum Apero, als Dip, als Beilage zu einem Antipasto oder als kleine Beilage zu einem Hauptgang. Sie schmecken, ob kalt oder warm, immer gut.

Eine Panade mit Maisgriess wird viel knuspriger als die herkömmliche Version mit Paniermehl.

Zutaten

1 Zucchini
1 Ei
1/2Tl Curry mild
100g Maisgriess fein
Salz und Pfeffer
Bratbutter

Zubereitung

Zucchini schälen und halbieren. Kerne ausschaben (so ungefähr). Zu 5-6cm langen und ca. 1cm dicken Stäben schneiden.

Ei zusammen mit dem Curry gut verklopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Maisgriess auf einen Teller streuen. Zucchettistäbe zuerst im Ei, dann im Maisgriess wenden. Überschüssiges Maisgriess mit einem Pinsel abputzen. In reichlich Bratbutter

bei mässiger Temperatur höchstens 5 Minuten braten.

Tipp: Anrichten mit einem Klacks kalter Tomatensauce (Ketchup).



