

Kochen

Rezept von Martin Gehrlein aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 2.06.2026

Zucchinifladen mit Schinken-Frischkäse-Dip

Für 4 Personen

Zutaten

Für den Zucchinifladen

3	Zucchini, ca. 700 g
1	Zwiebel, rot
etwas	Salz
4	Eier (Größe M)
4 EL	Mehl, Type 405, ca.
1 Prise	Backpulver
etwas	Pfeffer
etwas	Paprikapulver
80 g	Parmesan oder Pecorino, gerieben

Für die Füllung

4	Tomaten, mittelgroß
2	Gewürzgurken, klein
300 g	Frischkäse, Doppelrahmstufe
0,5	Biozitrone, Saft und abgeriebene Schale davon
etwas	Salz
etwas	Pfeffer
etwas	Honig
4 Scheiben	Schinken, gekocht
1 Bund	Basilikum

Zubereitung

1. Zucchini abbrausen, trockenreiben und in feine Scheiben hobeln. In eine Schüssel geben, leicht salzen und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Anschließend gut ausdrücken. Zwiebel abziehen, und ebenfalls in feine Streifen hobeln oder fein würfeln.
2. Eier in einer Schüssel schaumig schlagen. Dann mit Mehl, Backpulver, Salz und Pfeffer und Paprikapulver mit den Zucchinischeiben und Zwiebeln verrühren. Parmesan untermischen.
3. Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.
4. Die Zucchinimasse auf das Backpapier streichen und auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten backen.
5. Anschließend herausnehmen. Zucchinifladen mit dem Backpapier auf ein Gitter legen, etwas abkühlen lassen.
6. **Inzwischen für den Dip** Tomaten abbrausen, trockenreiben und vierteln. Kerne entfernen und durch ein Sieb geben. Flüssigkeit auffangen. Tomaten fein würfeln.
7. Gewürzgurken fein würfeln.
8. Frischkäse mit der aufgefangenen Tomatenflüssigkeit sowie Zitronensaft und -schale cremig rühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Honig würzen.
9. Schinken kleinschneiden. Basilikum ebenfalls fein schneiden und unter den Frischkäse-Dip mischen und abschmecken.
10. Zucchinifladen in Stücke schneiden. Mit dem Dip anrichten und servieren.

Das Video zum Rezept finden Sie hier:

<https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/rezept-zucchinifladen-scarpaccia-mit-schinken-frischkaese-dip-100.html>

Bitte beachten Sie, dass unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.