



Marinierter Zucchini-Salat

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|------------------|-------|
| Knoblauchzehen | 1 St. |
| Peperoni Mix | 1 St. |
| Bio Limetten | 1 St. |
| Zucchini | 2 St. |
| Olivenöl | 3 EL |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz | |
| Feta | 200 g |

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel

1. Knoblauch schälen und fein hacken. Peperoni waschen, Kerne entfernen und in feine Streifen schneiden. Limette waschen, etwa 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen. Zucchini waschen, Enden entfernen und in dünne Scheiben hobeln oder schneiden.
2. In einer Schüssel Knoblauch und Peperoni mit Olivenöl, Limettenschale, 2 EL Limettensaft, Salz und Pfeffer verrühren. Zucchini zugeben, vermengen und min. 10 Min. ziehen lassen.
3. Feta mit den Händen grob zerbröseln. Zum marinierten Zucchini-Salat geben, abschmecken und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Wenn du Zeit hast, bereite den Salat vor. Er schmeckt noch besser, wenn die Zucchini ca. 1–2 Std. in der Marinade liegt.

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 209 kcal |
| Kohlenhydrate | 9 g |
| Eiweiß | 9 g |
| Ballaststoffe | 2 g |
| Fette | 16 g |