



# Feta-Zucchini- Päckchen mit Aprikosen und Paranuss-Pesto



DEOK0001



Lust auf CLASEN!

# FETA-ZUCCHINI-PÄCKCHEN MIT APRIKOSEN UND PARANUSS-PESTO

## Zutaten für 4 Portionen:

- 1 kleine Knoblauchzehe
- 10 g frische Minze
- 10 g frische Petersilie
- ½ Orange, unbehandelt
- 30 g CLASEN BIO Paranusskerne
- 40 ml Olivenöl
- 30 g Parmesan, gerieben
- 1 Prise Salz
- 1 bis 2 große Zucchini
- 200 g Feta-Käse
- 8 CLASEN BIO Aprikosen
- 1 EL Olivenöl



## Zubereitung:

1. Für das Pesto den Knoblauch schälen und grob zerteilen. Minze und Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Orangenschale fein abreiben und den Saft auspressen. Alles mit den Paranusskernen und dem Olivenöl in einen Blitzhacker geben und fein pürieren. Parmesan unterrühren und das Pesto mit Salz abschmecken.
2. Die Zucchini waschen und mit einem Sparschäler (oder großen Messer) längs in dünne Streifen teilen. Den Feta erst längs, dann quer halbieren, so dass 4 gleich große Blöcke entstehen. Die Aprikosen fein würfeln.
3. Zwei Zucchinistreifen längs und leicht überlappend auf ein Küchenbrett legen. Einen weiteren Zucchinistreifen quer darauf in die Mitte legen. Einen Teelöffel Pesto in die Mitte des Querstreifens geben und einen Feta-Würfel darauf setzen. Einen weiteren Teelöffel Pesto und einige Aprikosenwürfel darauf verteilen und mit den Zucchinistreifen zu einem Päckchen zusammen schlagen. Mit Zahnstochern oder Küchengarn fixieren. Mit dem übrigen Feta genauso verfahren.
4. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Päckchen darin rundum knusprig anbraten. Mit dem übrigen Pesto und den Aprikosenstückchen servieren.

## Nährwerte pro Portion:

1442 kJ / 467 kcal, KH: 6 g, Fett: 28 g, EW: 14 g



vegetarisch



glutenfrei

[www.clasen-bio.de](http://www.clasen-bio.de)



**25 Min.**

Zubereitungszeit

Fertig in 35 Min.