



Restaurant
Natur erleben & genießen
Kölner Straße 6 · 53489 Sinzig
info@vieux-sinzig.com · www.vieux-sinzig.com

Zucchini gegrillt mit marinierten Sardellen

Für 4 Personen:

250 g Sardellen, frisch
25 g Schalotten
250 g Olivenöl
20 g Meersalz
2 g Pfeffer
100 ml Zitronensaft

Von den Sardellen unter fließendem kaltem Wasser die Filets abtrennen. Trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Schalotten in Ringe schneiden und leicht in Olivenöl anbraten. Abkühlen. Über die Sardellen verteilen. Mit dem Zitronensaft und Olivenöl bedecken.

400 g Zucchini
1 EL Olivenöl
1 EL Thymianblätter
5 g Meersalz

Von den Zucchini den Stielansatz entfernen. Abwaschen. Längs in Scheiben von mind. 1 cm schneiden. Mit Olivenöl bestreichen. Würzen. Auf dem Grill garen. Mit gehackten Thymianblätter bestreuen.

100 g rote Oliven, eingelegte
Kornelkirschen
(ersatzweise schwarze
Oliven)

Zum Anrichten die Zucchini-Scheiben auf Teller legen. Die Sardellen darauf legen. Mit roten Oliven garnieren. Mit Olivenölmarinade umranden. Mit frischem Ruccola und Basilikum servieren.

zum Fertigen:
Ruccola
Basilikum