

Gefüllte Datteln mit Zucchini-Mandelcreme

Mit Tahin und Mandelmus gefüllte Datteln, abgeschmeckt mit Kreuzkümmel, Paprika und Kurkuma.

etwa 30 Stück

   gelingt leicht

 bis 40 Minuten



Zutaten:

Zutaten:

etwa 150 g Zucchini
etwa 1 Schalotte
etwa 2 EL Speiseöl
etwa 2 Msp. Kurkuma
etwa 15 g veganer Käse
etwa 75 g Dr. Oetker Creme VEGA
etwa 1 EL Mandelmus weiß, hell
etwa 1 TL Sesampaste (Tahin)
etwa ½ TL gemahlener Kreuzkümmel
etwa 2 Msp. Paprikapulver edelsüß
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
1 TL Sesamsamen
etwa 15 getrocknete Datteln z. B. Medjool-Datteln

Wie mache ich leckere gefüllte Datteln mit Zucchini-Mandelcreme?:

1 Vorbereiten:

Zucchini waschen und in kleine Würfel schneiden. Schalotte abziehen und würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zucchini- und Schalottenwürfel etwa 8 Min. unter Wenden bei mittlerer Hitze garen, so dass sie weich sind. Kurz vor Ende Kurkuma dazugeben. Käse fein würfeln.

2 Zubereiten:

Zucchini- und Schalottenwürfel in einen Rührbecher geben und pürieren. Creme VEGA, Mandelmus, Sesampaste, Kreuzkümmel, Paprika, Salz, Pfeffer zugeben und pürieren. Sesamsamen unterrühren und Creme erkalten lassen. Creme abschmecken und in einen Einwegspritzenbeutel füllen.

3 Von den Datteln den Stein entfernen und halbieren, evtl. Boden begradigen. Datteln mit der Zucchini-Creme füllen und mit dem gewürfelten Käse bestreuen und servieren.



Versuchsküche

Rezepte und Tipps

Tipps aus der Versuchsküche

- Kombinieren Sie die Datteln mit anderen Vorspeisen zu einem gemischten Vorspeisenteller.
- Sie können die Füllung auch in einer Küchenmaschine mit Kochfunktion, z. B. Thermomix® zubereiten.
- Verzieren Sie die Datteln z. B. mit Rote-Beete-Sprossen.

