

# Bunter Zucchettisalat

Für 4 Gläser von ½ Liter



## Zucchini

1 kg kleine bis mittlere Zucchini

3 grosse Zwiebeln

2 rote Peperoni

Waschen, in ½ cm dicke Scheiben schneiden.  
Mittelgrosse Zucchini längs halbieren.

Schälen, halbieren, längs in Streifen schneiden.

Rüsten, in feine Streifen oder Würfel schneiden.

## Sud

2½ dl Wasser

5 dl Essig

60 g Zucker

3 KL Salz

4 Knoblauchzehen, halbiert

1 KL Senfkörner

1 KL Pfefferkörner

4 Lorbeerblätter

In einer grossen Pfanne aufkochen, das Gemüse beifügen und während 4–5 Minuten kochen lassen. Den Zucchettisalat heiss in die vorbereiteten Gläser füllen (Die Gläser bis 1–2 cm unter dem Rand füllen. Bei Weckgläsern 1 cm unter dem Rand.).

## Kochen der Gläser

Kombisteamer: 100°C 25 Minuten, nach 10 Minuten Ruhen herausnehmen.

Sterilisiergerät: 95°C 20 Minuten, nach 10 Minuten Ruhen herausnehmen.

Dampfkochtopf: 10 Minuten beim ersten Strich, das Ventil ganz absinken lassen.

## Vor dem Gebrauch

Die Flüssigkeit abschütten. Das Gemüse in eine Schüssel geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

**Um die Haltbarkeit einer Gemüse-konserve zu gewährleisten, muss der pH-Wert unter 3,8% liegen.  
Aus diesem Grund sollte das Rezept nicht abgeändert werden!**

Dieses Rezept sowie die Rubrik « **Tipps & Tricks** » der Weiterbildung Hauswirtschaft finden Sie auf [www.grangeneuve.ch/weiterbildung/](http://www.grangeneuve.ch/weiterbildung/)

Rezept "Über den Tellerrand" – Ausgabe Nr. 68 – Juni 2025