

Kaschkarikas mit unreifen Trauben

Kashkarikas ist ein traditionelles Rezept aus der türkisch-jüdischen Küche für Zucchettischalen. Als Säure sind unreife Pflaumen oder Zitronensaft üblich – in diesem Rezept von Esther Kern werden unreife Trauben eingesetzt.

Zutaten: (für 4 Personen)

- 1 kg Zucchini
- 40 ml Olivenöl
- 2 TL Tomatenpüree
- 1 Handvoll unreife Trauben, nach Belieben entkernt
- 1/2 TL Zucker
- Salz
- frischer Dill oder Fenchelkraut, gehackt

Zubereitung:

Zucchini schälen. Die Schalen dürfen, beispielsweise mit einem Messer, dick abgeschält werden, mit etwas Fruchtfleisch dran. Die Schalen in 2 bis 4 cm grosse Rauten schneiden.

Das Tomatenpüree im Öl anziehen. Zucchini-Schalen, Trauben, Zucker, Salz dazugeben und knapp mit Wasser bedecken. Auf kleiner Flamme köcheln, bis die Schalen gar sind und das Wasser verdampft ist.

Kühl servieren mit etwas Dill oder Fenchelkraut.

Tipp:

Aus dem Zucchini-Fleisch beispielsweise Gemüse-Piccata kochen und die Kashkarikas dazu servieren. Das Gericht lässt sich aber auch prima mit ungeschälten Zucchini-Stücken zubereiten.

Das Rezept wurde ursprünglich entwickelt, weil in der türkisch-jüdischen Küche ein anderes Rezept ausschliesslich mit dem Zucchini-Fleisch zubereitet wird. Bei den Kashkarikas geht es also darum, die Schalen zu retten.