Verbraucherzentrale Südtirol
Finanziert vom MIMIT D.D. 12. Mai 2025

info@verbraucherzentrale.it

Süßes Zucchinibrot mit Walnüssen (Zucchini Bread)

Gemüse
Für die Verwertung von überschüssigen Zucchini
Kuchen und Torten
Rezeptidee der Verbraucherzentrale Südtirol nach einem amerikanischen Rezept

Zutaten für 1 Kastenform:

- 3 Zucchini (ca. 400 g)
- 100 g Walnusskerne
- 360 g Dinkelmehl
- 1 TL Backpulver
- 1 TL Natron
- 1 TL Zimt
- 1 Pr Salz
- 3 Eier
- 120 ml Pflanzenöl
- 100 g Vollrohrzucker
- 120 g Apfelmus

Zubereitung:

Zucchini waschen, putzen und mit der Schale raspeln. Walnusskerne grob hacken. Mehl mit Backpulver, Natron, Zimt, Salz und gehackten Nüssen vermischen. Eier, Öl, Zucker und Apfelmus mit dem Mixer verrühren. Das Mehlgemisch unterheben. Die Zucchiniraspeln mit Küchenpapier abtupfen, um überschüssiges Wasser zu entfernen, und unter den Teig mischen. Die Masse in eine gefettete Kastenform geben und im Backrohr bei 160°C ca. 50 bis 55 Minuten lang backen. Das fertige Zucchinibrot auskühlen lassen und dann aus der Form stürzen.

Zeitaufwand: rund 1 Stunde 15 Minuten

Tipp:

Dieses Zucchinibrot schmeckt mild süß und kann sowohl als Brot als auch anstelle von Kuchen gegessen werden.