



## Gemüse-Leder aus Zucchini

aus „Natur im Garten“ von Uschi Zezelitsch

*Wenige Kalorien, entgiftende und entschlackende Bitterstoffe und stärkende Mineralstoffe für Muskeln und Herz kann man das ganze Jahr gut brauchen. Wenn sie nicht als Marmelade, Pickels, Chutney oder Senf im Glas gelandet sind, lassen sich Zucchini gut einfrieren. Roh oder gegart. Roh sind sie ein Jahr haltbar. Gegart 6 Monate. Damit sie knackig bleiben schneide ich sie in Würfel oder Scheiben, bestreue sie mit Salz damit das Wasser entzogen wird. Für Suppen oder Kuchen reibe ich Zucchini und gebe sie ohne Salz in Gefrierbeutel. Unbeschädigte Exemplare lagere ich in einem Netz hängend im kühlen Keller. Das gilt auch für die Riesenexemplare.*

### Rezept

Experimentierfreudige können Zucchini auch als Gemüseleder haltbar machen. Ich liebe es und probiere jedes Jahr neue Varianten aus.

Zuerst werden die Zucchini püriert. Und weil dieses Gemüse ja sehr neutral schmeckt - deshalb kann man es ja auch süß und pikant zubereiten - braucht es jetzt viele Gewürze und davon nicht nur eine Prise. Ich gebe Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Thymian und eine getrocknete Blütenmischung aus mexikanischer Orangentagetes und Basilikumblüte dazu.

Kurz umrühren und dann auf ein Stück Backpapier auf einem Gitter so dünn und gleichmäßig wie möglich aufstreichen. Jetzt kommt alles für 8 Stunden bei 40 Grad in den Dörrapparat. Somit gilt es auch noch als roh-vegan.

Danach kann es in Streifen geschnitten oder auch nur in Stücke gebrochen werden und hält sich einige Monate in einer luftdichten Dose.