



# Zucchetti im Garten: Was man alles damit machen kann

Daheim Wir haben viele Zucchetti im Garten: Was können wir Leckeres damit machen? Was empfiehlt sich bezüglich Zeitpunkt der Ernte und Lagerung? Kann ich Zucchetti sogar einfrieren?

Das freut doch das Herz von Gärtnerin und Gärtner, wenn es reichen Ertrag gibt. Doch die Haltbarkeit der Sommerkürbisse, zu denen Zucchetti gezählt werden, ist begrenzt. Zu lange sollte das Gemüse nicht an der Pflanze reifen. Ideal sind die grünlichen, gestreiften oder gelblichen Gemüse, die der Form nach den Gurken gleichen, wenn sie zwischen 15 und 20 Zentimeter gross sind. Je grösser sie werden, desto mehr verliert es an Geschmack.

Achtung: Nicht neben Tomaten Geerntet ist die Haltbarkeit im Gemüsefach des Kühlschranks auf rund eine Woche begrenzt. Allerdings sollten sie nicht neben Tomaten liegen. Diese strömen das Reifegas Ethylen aus, das die Zucchetti schnell verderben lässt.

In der Küche lässt sich das Gemüse mit dem milden Geschmack vielseitig verarbeiten und kombinieren. Ausgehöhlt, gefüllt und überbacken mit einer Fleisch-, Käse- oder Pilzfüllung, in Scheiben in einer Eierkäsemischung gewendet und wie ein Plätzli in der Pfanne gebraten, roh als Stängeli oder Rädli als Dip, geraffelt auch als Salat.

Kurzantwort Bei den Zucchetti sollte man mit dem Pflücken nicht zu lange warten. Die ideale Länge ist zwischen 15 und 20 Zentimetern. Die Haltbarkeit im Gemüsefach des Kühlschranks liegt etwa bei einer Woche. Kulinarisch lassen sie sich vielseitig verwenden. Besonders gut passen italienische Kräuter dazu. Auch zu Raclette lassen sich Zucchetti, etwa üssauer eingelegt, gut servieren. (are) Im Ratgeber behandeln Fachexperten und Fachexpertinnen vielfältige Fragen aus Themenbereichen wie Familie, Gesundheit, Recht, Stil, Beziehungen, Erziehung, Geld, Daheim, Kulinarik und Lebenshilfe.

Zucchetti - das italienische Wort «zucca» für Kürbis weist darauf hin - brachten italienische Gastarbeiter in den 1950er Jahren des letzten Jahrhunderts mit in die Schweiz. Entsprechend der Herkunft passen auch italienische Kräuter wie Basilikum, Oregano, Rosmarin, Majoran, Thymian und Knoblauch sehr gut zu diesem Gemüse. Mit ihrem fast neutralen Aroma können sie gar mit Schokolade zu einem Kuchen verarbeitet werden.

Mögen Sie nicht alles frisch essen, freuen sich vielleicht die Nachbarn und Bekannte über Ihren Gruss aus dem Garten. Oder Sie legen sie in einen öffentlichen Kühlschrank, etwa bei „Madame frigo“, wo sich alle bedienen können.

Wieder aufgetaut etwas wässriger Die Schweizer Zucchettisaison geht von Mai bis Oktober. Da könnten Sie mit dem Ernteüberschuss auch vorsorgen und mit Konserven die Saison verlängern. Das Tiefgefrieren ist die einfachste Variante. Dabei müssen Sie das Gemüse nur waschen, die Enden abschneiden und in Rädchen oder Stängel schneiden.

Einfach so, wie Sie es später kochen möchten. Danach in tiefgefriergeeignete Plastiksäcke möglichst luftdicht verpacken. Allerdings werden sie später beim Kochen noch etwas wässriger als sie es im frischen Zustand bereits sind (rund 93 Prozent sind Wasser). Die Raclettesaison kommt bald wieder. Da sind (süsssauer) eingelegte Zucchetti (z.B. anstelle oder als Ergänzung zu Cornichons) beliebt. Sicher auch ein willkommenes Mitbringsel oder ein hausgemachtes Geschenk zu Weihnachten. Rezepte finde sich viele etwa im Internet. Wichtig beim heissen Einfüllen ist, dass die Zucchetti kochend heiss in saubere, vorgespülte Gläser gefüllt werden.

Den Sud füllen Sie kochend heiss randvoll auf und verschliessen ihn sofort. Nach einem Tag prüfen Sie, ob es ein Vakuum gegeben hat. So hält sich die Konserve einige Monate an einem dunklen Ort. Monika Neidhart WAH-/Hauswirtschaftslehrerin und Fachjournalistin MAZ/FH; [www.textwerke.ch](http://www.textwerke.ch)



Monika NeidhartWAH-/Hauswirtschaftslehrerin und Fachjournalistin MAZ/FH; [www.textwerke.ch](http://www.textwerke.ch)