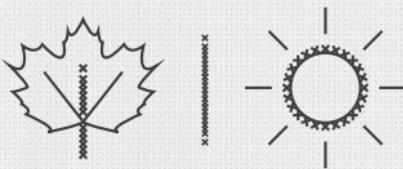


Schubu-Bagel mit Zucchinitsatsiki



Sei amol g'miāsig!



Zutaten

FÜR 4 BAGEL

- 2 kleinere Zucchini (ca.300 g)
- 2 Knoblauchzehen
- 250 g Topfen
- 2 EL Zitronensaft
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Prise jodiertes Salz
- 4 (Vollkorn-)Bagel

Zubereitung

- 1 Zucchini waschen, Enden abschneiden, grob reiben, etwas salzen und in ein Sieb zum Abtropfen geben (ca. 5 Minuten).
- 2 In der Zwischenzeit den Knoblauch schälen und in eine Rührschüssel pressen. Topfen und Zitronensaft in die Schüssel dazugeben und glattrühren.
- 3 Nun die Zucchini mit der Hand auspressen, zum Topfen geben und alles gut verrühren bzw. mit Salz und Pfeffer würzen.
- 4 Bagel auseinanderschneiden, mit cremigem Tsatsiki füllen und genießen.

Tipp

Der Bagel kann am Schulbuffet auch mit Paprikastreifen, Tomatenscheiben oder Käse verfeinert werden. Das Tsatsiki ist auch ein toller Dip.