



Zucchini pomodoro

Arbeitszeit: ca. 15 min | **Koch-/Backzeit:** ca. 15 min | **Schwierigkeit:** einfach

ZUTATEN

1-2	Zucchini
4-5	Tomaten
1 EL	Frischkäse o. Crème fraîche
1 kleine	Zwiebel
1-2 Stängel	Basilikum
	Oregano
	Salz
	Pfeffer
	Olivenöl

ZUBEREITUNG

Die Schale der Zucchini entfernen und dann mit dem Schäler weiter in nudelartige Streifen schneiden (für gleichmäßige Streifen Zucchini beim Schälen drehen).

Tomaten und Zwiebel würfeln. Letztere in etwas Bratöl andünsten. Dann die Tomaten, sowie Salz, Pfeffer, gehackten Oregano und Basilikum hinzugeben und einige Minuten köcheln lassen. Wenn die Tomaten weich sind, Topf vom Herd nehmen und den Frischkäse unterrühren.

Die Zucchiniestreifen in ein Sieb geben und kurz (10 Sekunden) in heißes, gesalzenes Wasser tauchen (sind dann in etwa wie bissfeste Nudeln).

Zusammen mit der Tomatensauce und etwas Olivenöl und frischem Basilikum anrichten.

Veganer lassen den Frischkäse weg und geben stattdessen zusammen mit den Tomaten klein gewürfelte Aubergine hinzu, die macht die Sauce ebenfalls cremiger.

VEGETARISCH | Topfgericht