Zucchininudeln

Die cremigen Zucchininudeln mit Parmesan sind nicht nur ein echter Genuss, sondern auch schnell zubereitet – perfekt für ein unkompliziertes Mittagessen oder leichtes Abendessen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 35 min



Zutaten

1 Stk.	Zucchini (mittelgroße)
0.5 Stk.	Zwiebel
1 Stk.	Knoblauchzehe
250 g	Nudeln (Linguine, Tagliatelle, Spaghetti, etc.)
2 EL	Schlagobers (Schlagsahne)
	Salz und Pfeffer
4 EL	Parmesan (oder Emmentaler, Pecorino, etc.)
Nach Belieben	Basilikum frisch (für die Deko)

Zubereitung

1. Für die **Zucchininudeln** die Zucchini gründlich waschen, die Enden abschneiden. Mit einem Sparschäler dünn Schälen und nach Belieben klein zerschneiden. Die Zwiebel schälen und klein zerhacken. Die Knoblachzehe schälen. Nudeln in reichlich gesalzenem Wasser al dente kochen, abgießen und abtropfen lassen.

2. In der Zwischenzeit das Olivenöl extra vergine in einer großen, tiefen Bratpfanne erhitzen. Die Zwiebel glasig anschwitzen. Zucchinistreifen und gepressten Knoblauch hinzufügen, alles unter gelegentlichem Rühren 3–4 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Die gegarten Nudeln zusammen mit dem Schlagobers zur Zucchinimischung geben. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken. Kurz erwärmen, aber nicht mehr stark kochen.

3. Die Zucchininudeln auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit frisch geriebenem Parmesan bestreuen und mit Basilikum garnieren. Sofort servieren.

Tipp