



Rezept: Zucchini, Möhren und Tomaten in Weißwein-Sahnesauce auf Spaghetti

Ein köstliches Essen aus Zucchini, Möhren und Tomaten.

Zutaten für 2 Personen

- 2 mittelgroße Zucchini
- 2 Möhren
- 1 Zwiebel
- 10 Cherry-Tomaten
- Das Gemüse kam frisch vom Feld, die Tomaten vom Balkon, ein paar Spinatblätter ergänzten das Ganze noch.
- 250-300 g Spaghetti
- 200 g Sahne
- Etwas Weißwein
- Salz + Pfeffer
- Wer mag: 1 Knoblauchzehe klein geschnitten

Zubereitung

Zucchini und Möhren in dünne Streifen schneiden, am besten mit einem Gemüseschäler. Die Zwiebel in Ringe schneiden. Währenddessen schon mal das Nudelwasser zum Kochen bringen.

In einer Pfanne Öl erhitzen und die Zwiebel, eventuell Knoblauch und Möhren darin anbraten, nach 2-3 Minuten die Zucchini und die halbierten Cherry-Tomaten dazugeben. Mit Salz und Pfeffer gut würzen.

Wir hatten noch ein paar frische Spinatblätter, die wir hinzugegeben haben. Wenn das Gemüse schön angebraten, aber noch knackig ist, wird mit einem guten Schuss Weißwein abgelöscht. Kurz einköcheln lassen, die Temperatur runterdrehen und die Sahne dazu geben.

Bis die Spaghetti al dente sind, köchelt die Sauce etwas ein und wird noch einmal abgeschmeckt. Nach Belieben kann man frischen Schnittlauch kurz vor dem Servieren unterheben und etwas Parmesan über das Gericht streuen. Fertig!

Meine Notizen:
