

Bandnudeln mit Gemüwestreifen

Zutaten für: 4 Portionen

2		Zucchini
4		Karotte(n)
2	Stangen	Lauch
240	Gramm	Bandnudeln, schmale
4	Essl.	Essig, (Weinessig)
		Salz
240	Gramm	Tomate(n), Stückchen aus der Dose
8	Essl.	Tomatenmark
2	Teel.	Pflanzenöl
2	Teel.	Paprikapulver
		Pfeffer

Anleitung:

Zucchini, Karotten und Lauch mit einem Sparschäler in feine, lange, dünnen Streifen schneiden. Nudeln in reichlich Essig-Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen. Kurz vor Ende der Garzeit Gemüse zugeben und mitgaren. Tomaten mit Tomatenmark und Öl vermischen. Mit Paprika, Salz und Pfeffer abschmecken und mit den Gemüse-Nudeln servieren.

ww tauglich 3,5 P.

Zubereitungszeit: 20 Min.

Schwierigkeitsgrad: simpel

Brennwert p. P.: keine Angabe