

Gemüse - Oel - Sauce - zu Nudeln

Zutaten für: 1 Rezept

200	Gramm	Zucchini
200	Gramm	Champignons
4		Knoblauchzehen
1	Zweig	Rosmarin
175	ml	Olivenöl
		Salz
		Grober Pfeffer

Anleitung:

Zucchini putzen, waschen und in hauchdünne Scheiben schneiden. Pilze und Zwiebeln putzen und waschen. Knoblauch abziehen. Alles in feine Scheiben bzw. Ringe schneiden. Rosmarinnadeln abstreifen. Gemüse, Knoblauch und Rosmarin in vier Esslöffeln heissem Öl hellbraun dünsten. Restliches Öl zugießen und heiss werden lassen. Abschmecken.

Pro Portion ca. 450 Kalorien / 1887 Joule