

Bucatini mit Zucchini und Tomatensugo

Kategorien: Nudeln, Pasta, Zucchini

Zutaten für: 4 Personen

500	Gramm	Kleine Zucchini
300	Gramm	Italienische Eiertomaten
2		Knoblauchzehen
1/2	Bund	Petersilie
1/2	Bund	Basilikum
4	Essl.	Olivenoel
		Salz, Pfeffer
1	Prise	Rosenpaprika
400	Gramm	Bucatini
1		Nussgrosses Stueck Butter
		Pecorino oder Parmesan;
		Frisch gerieben

Anleitung:

Die Zucchini waschen, Blueten- und Stielansaetze entfernen und in nicht zu kleine Wuerfel schneiden. In ein Sieb geben, etwas salzen und etwa 15 Minuten ziehen lassen.

Die Tomaten kreuzfoermig einschneiden, kurz in heisses Wasser tauchen, enthaeuten, gruenen Stielansatz entfernen und in kleine Wuerfel schneiden.

Die beiden Knoblauchzehen schaelen, hacken und mit der Messerbreitseite zerdruecken. Petersilie und das Basilikum waschen, trockentupfen, grobe Stiele entfernen und fein hacken.

Vom Oel 2 Essloeffel in einer Kasserolle erhitzen und den Knoblauch kurz anbraten. Tomaten, Petersilie und Basilikum hinzufuegen, mit Salz, Pfeffer und Rosenpaprika abschmecken und alles gut vermischen. Sugo zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 20 Minuten koecheln.

Die Zucchini mit Kuechenkrepp sorgfaeltig trockentupfen. Das restliche Olivenoel in einer Pfanne erhitzen, die Zucchini darin von allen Seiten braun anbraten und warm halten.

Reichlich Salzwasser mit etwas Oel zum Kochen bringen und die Bucatini al dente kochen, abgiessen und mit einem nussgrossen Stueck Butter in eine vorgewaermte Schuessel geben. Zucchini und Tomatensugo unter die Bucatini mischen, mit dem frisch geriebenen Pecorino oder Parmesan bestreuen und sofort servieren.

Pro Portion 560 kcal