

Nudelomelett mit Zucchini

Kategorien: Nudeln, Pasta, Zucchini

Zutaten für: 4 Personen

400	Gramm	Gabelspaghetti Salz, Pfeffer
2	Essl.	Butter
1	groß.	Zwiebel, gehackt
150	Gramm	Durchwachsener Speck; in Scheiben
200	Gramm	Zucchini
4		Eier
1	Bund	Schnittlauch; Kleingeschnitten

Anleitung:

Die Gabelspaghetti in reichlich Salzwasser in 5-7 Minuten al dente kochen und in ein Sieb zum Abtropfen schuetten.

In der Zwischenzeit die Butter in einer grossen Pfanne mit hohem Rand erhitzen und die Zwiebelwuerfel darin glasig duensten. Den Speck ohne Schwarte in schmale Streifen schneiden und in der Zwiebelpfanne ausbraten.

Die Zucchini waschen, vom Stengelansatz befreien, gleich ueber der Pfanne auf der Kuechenreibe grob raspeln und 8 Minuten unter Ruehren duensten. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Die Eier in eine Schuessel schlagen und mit dem Schneebesen verquirlen. Die Gabelspaghetti unter die Zuchiniraspeln mischen. Die Eier ueber die Mischung giessen und bei mittlerer Hitze in 8-10 Minuten stocken lassen, oefters umruehren und den Schnittlauch dabei einstreuen.

Pro Portion: 700 kcal