Zucchini-Nudeln mit Olivenpesto

Zeit gesamt 25min

Zubereitungszeit 25min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zucchini	2 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Zwiebeln, rot	1 St.
Peperoni Mix	1 St.
Petersilie, frisch	20 g
Bio Zitronen	1 St.
Salz	
Linguine	500 g
Oliven, grün	100 g
Kapern	1 EL
Olivenöl	3 EL
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung

Küchenutensilien

hohes Gefäß, großer Topf, große Pfanne, Sieb, Pürierstab

1. Zucchini waschen, Enden entfernen und klein würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Zwiebel halbieren, schälen und in Spalten schneiden. Peperoni waschen, halbieren, entkernen und in Streifen schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und grob hacken. Zitrone heiß waschen, etwa 1 TL Schale abreiben, halbieren und Saft auspressen.

2. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. Pasta im siedenden Salzwasser ca. 9 Min. bissfest garen. Anschließend in ein Sieb abgießen.

3. In ein hohes Gefäß Oliven, Kapern, Petersilie, Zitronenschale und 2 EL Olivenöl geben. Grob zu einem Olivenpesto pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl auf hoher Stufe erhitzen. Zucchini mit Knoblauch, Zwiebeln und Peperoni ca. 4 Min. anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

5. Pesto und Nudeln in die Pfanne geben und alles miteinander vermengen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und Zucchini-Nudeln mit Olivenpesto auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	585 kcal
Kohlenhydrate	104 g
Eiweiß	20 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	11 g