



Superfix: Garnelen-Käse-Spaghetti

mit Kirschtomaten und Zucchini



ca. 20min



2 Personen

Beim Kochen besteht die Eleganz des Müßiggangs in der raffinierten Auswahl deiner Zutaten. Denn hier ist weniger mehr: Die simple Kombination von frischer Zitrone, Petersilie, Knoblauch und Chili ist einfach unschlagbar. Dazu pinke, saftige Garnelen mit fruchtigen Kirschtomaten, die im Mund so herrlich zerplatzen, und milde Zucchini – so sieht entspannte Küche auf hohem Geschmacksniveau aus.

- 200g Vollkornspaghetti ²
- 1 Packung Garnelen, aufgetaut ₃
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Päckchen Chiliflocken
- 250g Kirschtomaten
- 1 Zucchini
- 10g Petersilie
- 1 Stück italienischer Hartkäse ¹

- 3EL Butter ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 798kcal, Fett 25.4g,
Kohlenhydrate 103.8g, Eiweiß 33.6g



1. Garnelen vorbereiten



4. Gemüse schneiden

4. Gemüse schneiden



2. Pasta kochen

2. Pasta kochen



5. Gemüse braten

5. Gemüse braten



3. Garnelen anbraten

3. Garnelen anbraten

6. Fertigstellen und servieren

6. Fertigstellen & servieren

Den **Käse** fein reiben. Die **Pasta**, 1EL Butter und **3-4EL Pastawasser** zu dem **Gemüse** geben und alles gut vermengen. Die Pfanne vom Herd nehmen, dann die **Garnelen**, den **Zitronensaft**, die **Petersilie** und den **Käse** untermengen. Die **Pasta** auf Teller verteilen, nach Geschmack mit etwas Olivenöl beträufeln und mit den **Zitronenspalten** servieren.