

Rezept

Zucchini-Speck-Spaghetti

Ein Rezept von Zucchini-Speck-Spaghetti, am 19.04.2024

Zutaten

Salz	400 g	Spaghetti
2 rote Zwiebeln	1	Knoblauchzehe
4 getrocknete Tomaten (in Öl)	6 Zweige	Thymian
1/2 Bund Petersilie	400 g	Zucchini
150 g durchwachsener milder Räucherspeck	3 EL	Olivenöl
1/8 l Gemüsebrühe		Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 700 kcal

Zubereitung

1. In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Die Spaghetti hineingeben und nach Packungsangabe in 8-10 Min. bissfest garen.

2. Inzwischen Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken. Tomaten fein würfeln. Thymian und Petersilie abbrausen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und hacken. Zucchini waschen, putzen und in sehr kleine Würfel schneiden. Speck ebenfalls klein würfeln.

3. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Den Speck darin bei mittlerer Hitze knusprig auslassen. Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und glasig dünsten. Getrocknete Tomaten und Zucchini zum Speck geben, 1 Min. mitbraten. Brühe angießen und unter Rühren weitere 2-3 Min. kochen. Das Ganze mit wenig Salz und mit Pfeffer würzen und die Kräuter untermischen.

4. Die Nudeln abgießen, mit 3-4 EL Nudelwasser unter die Sauce mischen. Sofort servieren.