

## Rezept

# Gemüsenudeln

Ein Rezept von Gemüsenudeln, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>400 g</b> Möhren	<b>200 g</b> Zucchini
<b>2</b> Knoblauchzehen	<b>1 Bund</b> Petersilie
<b>1 EL</b> Öl	<b>1 EL</b> Butter
Salz	<b>300 g</b> Nudeln
<b>1/2 Tasse</b> konzentrierte Brühe (Instant)	<b>200 g</b> Frischkäse
Kräutersalz	Pfeffer
<b>50 g</b> frisch geriebener Parmesan	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 660 kcal

## Zubereitung

1. Möhren schälen und in feine Stifte schneiden. Zucchini waschen und putzen, fein würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilie waschen und nicht zu fein hacken.
2. Öl und Butter erhitzen, Knoblauch darin 1-2 Min. anschmoren, Möhren dazugeben, nach 4 Min. die Zucchini in 5 Min. bissfest garen.
3. Inzwischen Salzwasser zum Kochen bringen, die Nudeln nach Packungsanweisung darin bissfest garen.
4. Das Gemüse mit der Brühe ablöschen, Frischkäse einrühren, mit Kräutersalz und Pfeffer abschmecken.
5. Die Nudeln abgießen und vorsichtig unter die Sauce heben. Mit Petersilie und Parmesan bestreut servieren.