

Rezept

Zucchini-Limetten-Nudeln

Ein Rezept von Zucchini-Limetten-Nudeln, am 29.04.2024

Zutaten

500 g möglichst feste Zucchini	1 Bio-Limette
15 g Kürbiskerne	1/2 Bund glatte Petersilie
20 g Parmesan (am Stück)	100 g Bandnudeln
Salz	2 TL Olivenöl
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 360 kcal

Zubereitung

1. Die Zucchini waschen und putzen, je nach Dicke eventuell längs halbieren. Mit dem Sparschäler längs in dünne Streifen schneiden. Die Limette heiß waschen und abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen.

2. Die Kürbiskerne rösten, bis sie sich etwas aufblähen, abkühlen lassen und hacken. Die Petersilie abrausen und trocken schütteln, die Blätter hacken. Den Parmesan fein reiben. Für das Topping die Limettenschale mit den Kürbiskernen, der Petersilie und dem Parmesan mischen.

3. Die Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsangabe al dente garen. Etwa 1 Min. vor dem Ende der Garzeit die Zucchinistreifen zu den Nudeln geben und kurz blanchieren. Sie sollten unbedingt noch knackig sein!

4. Nudeln und Zucchini in ein Sieb abgießen, in vorgewärmte Schüsseln geben, mit Olivenöl beträufeln, mit einigen Spritzern Limettensaft und Pfeffer würzen. Mit dem Topping bestreuen.