

Rezept

Zucchini-Tomaten-Pasta

Ein Rezept von Zucchini-Tomaten-Pasta, am 15.12.2025

Zutaten

2	rote Zwiebeln	3 Zehen	Knoblauch
2 Handvoll	Petersilienblätter	150 g	Frühstücksspeck (in Scheiben)
400 g	Zucchini	80 g	Parmesan oder Pecorino (am Stück)
2	Bio-Zitronen	2 EL	Olivenöl
150 g	halb getrocknete Tomaten		Salz
	Pfeffer		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 495 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen, die Zwiebeln in schmale Spalten, den Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Petersilie waschen und trocken schütteln. Den Speck in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Die Zucchini putzen und waschen, zuerst in ca. 5 cm lange Stücke und dann in dicke Spalten schneiden. Den Käse grob hobeln. Die Zitronen heiß waschen und abtrocknen, die Hälfte der Schale dünn abschälen und in schmale Streifen schneiden oder mit dem Zestenreißer in schmalen Streifen abziehen.
2. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Zucchinispalten darin anbraten, bis sie leicht gebräunt sind. Herausnehmen und die Speckstreifen in der Pfanne knusprig braun braten. Ebenfalls aus der Pfanne nehmen. Dann die Zwiebeln in der Pfanne anbraten, Knoblauch, Petersilie, Zitronenschale und Tomaten dazugeben und alles noch kurz mitbraten.
3. Mit frisch gekochten Nudeln (z. B. Penne, Bucatini oder Spaghetti), den Zucchini und dem Speck mischen. Alles kurz in der Pfanne schwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf Teller verteilen, den Käse darüberstreuen und etwas Pfeffer grob darübermahlen.