# Rezept der Woche

## ZUCCHINI-MÖHREN PASTA

**Zutaten**

3 Möhren
2 Frühlingszwiebeln
1 mittelgroße Zucchini
200 g Bandnudeln
1 EL Olivenöl
50 ml Wasser
100 ml Kochsahne
Salz, Pfeffer, evtl. Muskat oder italienische Kräuter

**Zubereitung**

Die Nudeln nach Packungsanweisung in Salzwasser kochen und ungefähr 100 ml Kochwasser beiseite stellen.

In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen und klein hacken. Die Zucchini längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden und die Möhren schälen und mit dem Sparschäler in feine Streifen hobeln.

Etwas Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebel darin glasig andünsten. Zucchini dazugeben und 2 - 3 Minuten mitbraten. Dann 50 ml Wasser zugießen und alles etwa 5 Minuten garen. Möhrenstreifen untermischen und weitere 5 Minuten mitkochen. Sahne unterrühren und falls nötig mit etwas aufgefangenem Nudelwasser verdünnen, bis die Soße schön cremig ist.

Mit Salz, Pfeffer und Kräutern nach Belieben würzen.

Zum Schluss die fertigen Nudeln in die Pfanne geben, alles gut durchmischen und kurz erwärmen.

Philipp und Birgit Flörke GbR - Speicherstr. 8, 17153 Grischow
www.grischower-gartengemuese.com