

Pikante Gemüsenudeln von Brigitte



Rezept für 4 Portionen

Dauer: ca. 30 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Rote Chilischoten	1 Stk.
Zwiebeln	1 Stk.
Karotten / Möhren	2 Stk.
Oregano	1 Esslöffel
Knoblauchzehen	1 Stk.
Olivenöl	6 Teelöffel
Paprikaschoten	1 Stk.
Zucchini	1 Stk.
Nudeln / Pasta	500 g

Zubereitung:

Die Hälfte des Öls in der Pfanne erhitzen. Den feingehackten Knoblauch und die feinkubigen Zwiebel bei niedriger Temperatur darin dünsten. Inzwischen die Zucchini, die Paprikaschote und die Karotten in möglichst feine Streifen schneiden. (Das geht am besten mit einer Gemüsehobel.) Das Gemüse zu den Zwiebeln geben. Die Temperatur erhöhen und mit der zerstoßenen Chilli und dem frisch gehackten Oregano (ersatzweise getrocknet, aber dann nur einen Teelöffel) unter ständigem Umrühren 5-10 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gleichzeitig die Nudeln in reichlich Salzwasser halbgar kochen. Die Nudeln abseihen und zum Gemüse geben und einige Minuten lang fertig garen. Dabei die Pfanne wiederholt schwenken, damit die Pasta nicht zu trocken wird, nach und nach etwas Kochwasser zufügen.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-201-Pikante-Gemuesenudeln-von-Brigitte.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at