

ZUCCHETTI SPAGHETTI

ZUTATEN

4-6 Stk. Zucchini (je nach
Grösse)

500g Pelatti

1 Schalotte oder Zwiebel

1 Pack Filet Strips

Salz Pfeffer

Öl zum anbraten .



ZUCCHETTI SPAGHETTI

ZUBEREITUNG:

Zucchini mit dem Sparschäler in Streifen rüsten. (evtl. mit Maschine)

Schalotte in Würfel schneiden und andünsten, Tomatensugo reingeben und mit etwas Wasser aufgiessen.

Würzen mit Pfeffer, Salz, evtl. frische oder getrocknete Kräuter und 30 Min leicht kochen lassen.

Ein Topf mit Wasser Bereitstellen und zum Kochen bringen.

Filets Strips in Bratpfanne mit etwas Öl anbraten.

Sobald Wasser sprudelt, Zucchini Spaghetti in siedendes Wasser geben und aufkochen lassen ca. 2 Min (Blanchieren)

Zucchini Spaghetti abgiessen und gut abtropfen lassen.

Mit Tomatensauce und Filet Strips servieren.