Leichtes Gericht 2 Portionen 394 kcal/Portion

Zucchini-Nudeln mit Scampis

Zutaten:	Anleitung:
1 Zehe Knoblauch	fein hacken und in
1 TL Öl	anrösten.
1 EL Tomatenmark	und
250 g Scampis	mit anbraten.
250 g Cherrytomaten	halbieren oder Vierteln und die Hälfte davon dazu geben und mit
Salz	und
Pfeffer	würzen, und etwas Flüssigkeit ziehen lassen.
100 ml Schlagsahne	dazu gießen, die restlichen Tomaten unterrühren und die Soße nur noch warm werden lassen (nicht mehr kochen).
	Wasser für die Zucchini-Nudeln aufsetzen. Etwas Salz ins Wasser geben.
4-5 kleine Zucchinis	waschen und mit einem Spiralschneider oder Julienneschneider in Streifen zu Nudeln schneiden. Die Zoodles etwa 3-4 Minuten im Salzwasser kochen und dann abgießen, abtropfen lassen und auf einem Teller anrichten. Die Soße und die Scampis darüber geben.

Mein TIPP: Natürlich passt auch hier etwas Parmesan dazu.