



Zucchini-Pasta mit Feta

2 Portionen, 30 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

160g Spaghetti
2 Zucchini
1 EL Olivenöl
120g ANDECHSER NATUR Bio-Feta
Salz, Pfeffer
Schnittlauch
ein Spritzer Zitronensaft



So geht's

- 1. Die Nudeln in Salzwasser al dente kochen. Zum Schluss 200 ml Nudelwasser auffangen.
- 2. Die Zucchini waschen und mit einem Spiralschneider in Spaghettiform bringen.
- 3. Die Zwiebel in feine Würfel schneiden, den Knoblauch pressen. Beides in Olivenöl anschwitzen. 100g ANDECHSER NATUR Bio-Feta und 150ml Nudelwasser dazugeben, aufkochen und den Bio-Feta schmelzen lassen. Einen Spritzer Zitrone dazugeben.
- 4. Die Zucchini-Spaghetti in die Sauce geben und 2 Minuten darin schwenken. Dann die Spaghetti ebenfalls hinzufügen und ggf. noch etwas Nudelwasser nachgeben.

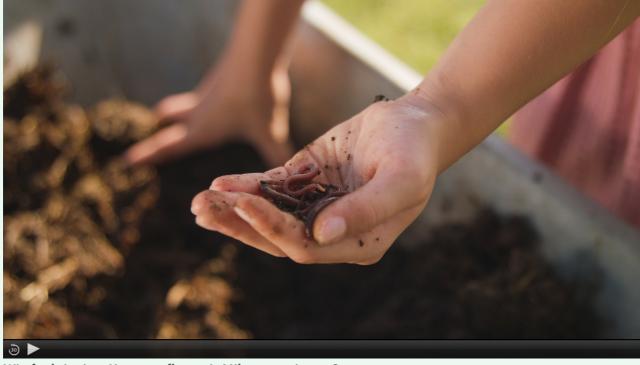
- 5. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas gehackten Schnittlauch dazugeben.
- 6. Auf zwei Tellern anrichten und jeweils die Hälfte des restlichen Bio-Feta darüber bröseln.

Der ANDECHSER NATUR Bio-Standard

Was gehört zu einer artgerechten Tierhaltung?



Warum ist ein gesunder Boden so wichtig?



Wie funktioniert Humusaufbau mit Mikroorganismen?



Was ist muttergebundene Kälberaufzucht?

