



# Pasta mit Zucchini und Käse

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/pasta-mit-zucchini-und-kaese.jsp>



Pasta mit Zucchini und Käse.

## Zutaten

Zutaten für: 6 Portionen

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
600 g	Nudeln	
100 g	Feta	
50 g	Doppelrahm-Frischkäse	EDEKA Bio Frischkäse natur 65% Fett i. Tr.
3	Zucchini	
1 EL	Olivenöl, nativ extra	EDEKA Italia Natives Olivenöl extra aus Italien
	Salz, Pfeffer	
30 g	Pinienkerne	EDEKA Pinienkerne
3 Stiele	Oregano	

Rezept: Ernährungsservice  
Foto: EDEKA Zentrale AG & Co. KG

## Rezeptinformation

Zutaten für: **6 Portionen**

Zubereitungszeit: **45 Min.**

Fertig in: **45 Min.**

Je Portion : **2052 kJ, 490 kcal , 77 g Kohlenhydrate , 18 g Eiweiß , 13 g Fett , 10 mg Cholesterin , 1 g Ballaststoffe**

Schwierigkeitsgrad: **einfach**

## Zubereitung

1.) Die Nudeln nach Packungsanleitung bissfest kochen. Den Feta zerbröseln und mit dem Doppelrahmfrischkäse mischen.

Leckerer Klassiker:

3.) Die Zucchini waschen, putzen, in drei Teile teilen und längs in dünne Scheiben schneiden.

4.) Die Zucchini-Scheiben in einer Pfanne mit Olivenöl scharf anbraten und für 3 Minuten garen. Salzen und pfeffern, dann die Pinienkerne hinzufügen. Den Oregano waschen und von den Stielen zupfen.

5.) Die Nudeln abgießen und mit dem Oregano in die Gemüsepfanne geben. 3 Minuten unter Rühren erhitzen und dann auf Teller anrichten. Die Käsemischung über den Nudeln verteilen und mit Pfeffer würzen.

Im Zucchini-Fieber? Probieren Sie unser .Weitere

## Küchenutensilien



EDEKA zuhause

Pfannenwender: Besonders schwere, stabile Qualität aus extra dickem, rostfreiem Edelstahl 18/10. Formschönes Design: Funktionsteile hochglanzpoliert, Griffe matt poliert. Praktische Aufhängeöse. Spülmaschinengeeignet: leicht zu reinigen, hygienisch

## Küchenutensilien



EDEKA zuhause Gewürzmühle: Mit Keramikmahlwerk, härter als Stahl. Stufenlos einstellbarer Mahlgrad. Leichtes Befüllen des Glasbehälters durch weite Öffnung

## Zubereitungstipp

Pasta kochen: Verwenden Sie für jeweils 100g Nudeln, 1l Wasser und 10g Salz. Salzen Sie das Wasser und geben Sie die Nudeln erst hinzu, wenn das Wasser sprudelt. Wenn die Nudeln etwas zusammengefallen



## Pasta mit Zucchini und Käse

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/pasta-mit-zucchini-und-kaese.jsp>

sind, können Sie das Wasser mit einem Kochlöffel umrühren. Rühren Sie auch zwischendurch das Wasser immer wieder um, um ein Ankleben der Pasta zu verhindern. Noch ein Tipp: Verwenden Sie kein Öl, denn das macht die Pasta schwer.

---