

# Zucchini-Nudeln mit Pesto, Brokkoli-Suppe, Feldsalat

**Für zwei Personen**

**Für die Zucchini-Nudeln:**

1 Zucchini	50 g Pinienkerne	30 g Parmesan
1 Bund Basilikum	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

**Für die Suppe:**

1 kleinen Brokkoli	1 Chilischote	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	3 EL Sahne	1 Zweig Thymian
1 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

**Für den Feldsalat:**

1 Packung Feldsalat	1 EL Himbeermarmelade	3 EL Olivenöl
2 EL Apfelessig	Salz	Pfeffer

<b>Für die Avocado-Kugeln:</b>	1 Avocado	1 Limette
1 Bund Schnittlauch	Salz	Pfeffer

**Für die Zuckerschoten:**

50 g Zuckerschoten	Parmesan	Olivenöl, Salz, Pfeffer
--------------------	----------	-------------------------

**Für die Zucchini-Nudeln:**

Die Zucchini mit einem Spiralschneider in Spaghetti-Form schneiden.

Leicht im Olivenöl anbraten und salzen und pfeffern.

Für das Pesto Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Parmesan reiben Basilikum, Pinienkerne, Salz, Pfeffer und Parmesan mit dem Multi-Zerkleinerer zu einem Pesto verarbeiten. Pesto mit den Zucchini vermengen und als Rosette auf dem Teller dekorieren.

**Für die Suppe:**

Brokkoli waschen, trockentupfen und in Röschen zerkleinern. Chillischote der Länge nach aufschneiden, vom Kerngehäuse befreien und in kleine Ringe schneiden. Schalotte und Knoblauchzehe abziehen, in Würfel schneiden und in Olivenöl andünsten. Thymian abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Brokkoli, Chili, Thymian und etwas Wasser zum Knoblauch-Schalotten-Mix geben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Alles mit einen Stampfer oder Stabmixer pürieren, Sahne hinzufügen und alles so lange zerkleinern, bis eine cremige Suppe entsteht. Salzen und pfeffern.

**Für den Feldsalat:**

Feldsalat waschen, trockenschleudern und putzen.

Aus der Himbeermarmelade, Olivenöl, Essig, Salz und Pfeffer ein Dressing herstellen. Feldsalat mit dem Dressing vermengen.

**Für die Avocado-Kugeln:**

Avocado halbieren und Kern entfernen. Mit einem Ausstecher kleine Avocado-Kugel formen. Limette halbieren, auspressen, Saft auffangen und mit Pfeffer und Salz vermengen. Darin die Avocado-Kugeln schwenken. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, fein schneiden und Kugeln damit bestreuen.

**Für die Zuckerschoten:**

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zuckerschoten darin ca. 3 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Parmesan reiben und Zuckerschoten damit bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Cornelia Utrecht am 21. Januar 2020