

Zucchini-Spaghetti mit Tomaten-Sugo und Mozzarella

Für 4 Personen

Für den Sugo:

1 rote Spitzpaprika	400 g geschälte Tomaten, Dose	2 rote Zwiebeln
4 Knoblauchzehen	6 EL Olivenöl	3 EL Tomatenmark
1 Zweig Rosmarin	3 Zweige Thymian	6 Kirschtomaten
1 rote Chilischote	1 EL flüssiger Honig	1 TL Paprikapulver
Salz	Pfeffer	

Für die Zucchini:

600 g Zucchini	1 Schalotte	3 Stängel Basilikum
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer
1 Prise Zucker	250 g Mozzarella	

Paprika halbieren, putzen, waschen und in grobe Stücke schneiden.

Die Dosentomaten in einem Sieb abtropfen lassen, dabei den Saft auffangen. Die Tomaten in grobe Würfel schneiden.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln.

In einem Topf ein Drittel vom Öl erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze andünsten. Paprika zugeben und anschwitzen.

Das Tomatenmark einrühren und kurz mitrösten.

Rosmarin und Thymian abbrausen und trocken schütteln.

Aufgefangenen Tomatensaft, Dosentomatenwürfel, Rosmarinzweig und Thymianzweige dazugeben, alles bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten köcheln.

In der Zwischenzeit für die Gemüsenudeln Zucchini waschen, abtrocknen und mit einem Spiralschneider in feine nudelartige Streifen schneiden oder mit einem Sparschäler der Länge nach zu dünnen Gemüsenudeln schälen.

Schalotte schälen, fein schneiden.

Basilikum abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen.

Für den Sugo Kirschtomaten waschen und halbieren, dabei die Stielansätze entfernen.

Halbierte Kirschtomaten zum Tomatenansatz geben mit Honig, Paprikapulver, 2 Prisen Salz und Pfeffer würzen. Kräuterzweige entfernen.

Für die Zucchini in einer Pfanne Olivenöl erhitzen, die Schalottenwürfel darin anschwitzen. Zucchininudeln zugeben und anschwitzen und mit noch leichtem Biss dünsten.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Basilikum fein schneiden und unter die Zucchininudeln mischen.

Mozzarella abtropfen lassen. Tomatensugo auf Teller verteilen, darauf die Zucchininudeln anrichten. Mozzarella fein zerzupfen, überstreuen und servieren.

Martin Gehrlein am 03. Juni 2024