



Zucchini-Filet-Pfanne

Zutaten

- 500 g Schweinefilet
- 300 g Zucchini
- 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 250 g grüne Bohnen, tiefgefroren
- 200 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Fix für Tomaten-Zucchini Gratin
- 1 EL THOMY scharfer Senf, 200 ml Tube
- 200 g Fetakäse
- 200 g Kirschtomaten

Zubereitung

1. Schweinefilet waschen, trocken tupfen und in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden.
2. Zucchini putzen, waschen, längs halbieren und in Scheiben schneiden.
3. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen und die Filetscheiben darin anbraten. Zucchini und Bohnen zugeben und andünsten. Wasser zugießen.
4. MAGGI Fix für Tomaten-Zucchini Gratin einrühren, zum Kochen bringen und bei mittlerer Wärmezufuhr zugedeckt ca. 10 Min. garen. Mit THOMY Scharfer Senf würzen und abschmecken.
5. Fetakäse in Würfel schneiden. Kirschtomaten waschen und halbieren. Tomaten und Feta zugeben, Käse schmelzen lassen und mit Gnocchi servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	12 g
Energie	413 kcal
Fett	22 g
Protein	40 g

🕒 35 Minuten

⊕ 4 Portionen