



Zutaten

- 150 g Zucchini
- 100 g Möhren
- 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 200 ml Wasser
- 1 Beutel MAGGI Fix für Spaghetti Tomate-Mozzarella
- 50 ml Schlagsahne
- 1 TL Zitronensaft

Zubereitung

1. Zucchini putzen, waschen und in Würfel schneiden. Möhren putzen, waschen, schälen und in Würfel schneiden.
2. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen und die Möhrenwürfel ca. 3 Min. andünsten. Zucchiniwürfel zugeben und ca. 2 Min. mitdünsten.
3. Wasser zugießen. MAGGI Fix für Spaghetti Tomate-Mozzarella einrühren, zum Kochen bringen und ca. 1 Min. kochen. Sahne zugeben und warm werden lassen. Mit Zitronensaft abschmecken. Dazu schmecken Spaghetti.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	11 g
Energie	182 kcal
Fett	14 g
Protein	3 g

- 🕒 17 Minuten
- ⊕ 3 Portionen