



Zucchini - „Spaghetti“ mit Garnelen

für 3 Portionen

1kg Zucchini putzen und mit dem Spiralschneider zu Spaghetti schneiden. In kochendes Salzwasser geben, einmal aufkochen lassen, dann abgießen und kalt abschrecken. **750g Tomaten** vierteln und entkernen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Die Schale von **1 Bio-Zitrone** fein abreiben und den Saft auspressen. Die Blättchen von **3-4 Stielen Oregano** ab- und grob zerzupfen. **1 kleine rote Chili** entkernen und fein hacken. **2 Knoblauchzehen** fein hacken. **500g Riesengarnelen** schälen, kalt abspülen und gut trocken tupfen. In einer großen Pfanne erhitzen. Garnelen hineingeben und darin rundherum ca. 2 min. kräftig anbraten. Knoblauch und Chili dazugeben und kurz mitbraten. Garnelen salzen, Tomatenfruchtfleisch zugeben und 1 Minute mitbraten. Zucchini-Spaghetti, Zitronensaft und schale sowie Oregano untermischen und alles unter Rühren erhitzen. Auf Teller servieren.