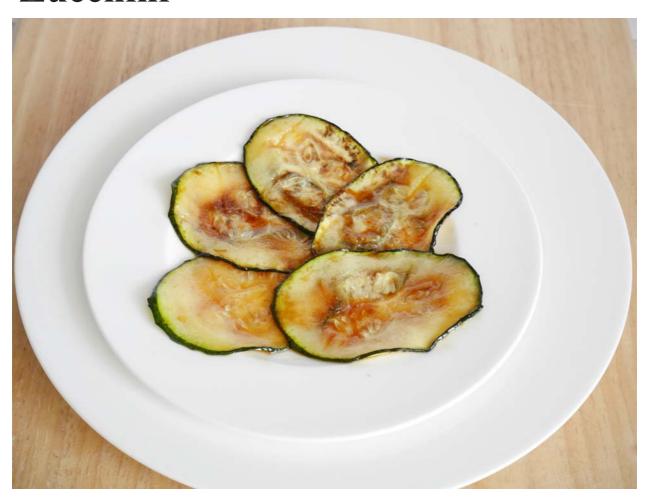
## Italienisches Minutengemüse - Zucchini



## Zutaten für 3-4 Personen:

1 etwa größerer Zucchino Olivenöl

Salz

Rosenpaprika scharf
Aceto Balsamico bianco
Besondere Hilfsmittel:

Verstellbarer Gemüsehobel

- 1. Zucchini waschen und trocknen. Mit einem geeigneten Gemüsehobel schräg in 2 mm dicke Scheiben hobeln.
- 2. Eine größere beschichtete Pfanne dünn mit Olivenöl ausstreichen, auf milde bis mittlere Hitze vorheizen. (Das entspricht oft der Stellung 4-5 von 9).
- 3. Die Zucchinischeiben portionsweise einlegen, nicht übereinander legen. Nach etwa 3 Minuten leicht mit Salz und Rosenpaprika würzen, umdrehen und weitere ca. 3 Minuten braten.
- 4. Jede fertig gebratene Portion mit 1 EL Aceto Balsamico bianco

ablöschen, die Pfanne schwenken, um die Zucchinischeiben mit dem Sud zu überziehen. Zucchinischeiben dann sofort aus der Pfanne nehmen.

5. Die Pfanne vor dem Braten der nächsten Portion wieder mit einem Küchentuch säubern.

## Hinweise:

Italienisches Minutengemüse eignet sich warm als Beilage, in Kombination zum Beispiel mit Karotten.

Abgekühlt und einige Stunden im Kühlschrank durchgezogen, eignet sich dieses Minutengemüse auch als Teil einer italienischen Vorspeisenplatte.

## Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 10 min pro Durchgang, Vorspeisen, Beilagen, Gemüse, Zucchini, italienisch

Rezept und Foto: Walter Stand 22.01.2023