

Zucchini Nudeln mit Pesto (vegan)



Zutaten für 1 Portion

300 g Zucchini
50 g Cherrytomaten
2 EL veganes Pesto
10 g Pinienkerne
frisches Basilikum
Salz und Pfeffer

Nährwert: ca. 200 kcal

Eiweiß: 6 g
Fett: 13 g
Kohlenhydrate: 9 g

1. Zucchini mit einem Spiral-Schneider oder einem Julienne-Schneider in Nudelform bringen.
2. Zucchini Nudeln kurz in einer Pfanne anbraten, dann mit dem Pesto vermengen.
3. Cherrytomaten vierteln, Basilikum hacken und der Pfanne hinzufügen und kurz mit köcheln.
4. Zum Schluss die Zucchini Nudeln mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Guten Appetit!

Tipps für einen reibungslosen Turbo-Fastentag

1. Bittertropfen von Bitterliebe sind perfekte Verdauungs- und Fastenhelfer. Mehr dazu [hier](#).
2. Du hast keine Lust zu kochen und bist auf der Suche nach einer Abkürzung für den Turbo-Fastentag? Dann [sieh dir das Complete d-eat an](#).