

Rezept der Woche

Sommerliche Zucchini-Gurken-Pfanne



1 Mittelgroße Zucchini	längs halbieren, in dünne Scheiben schneiden und in einem Sieb mit Salz bestreuen und ca. 10 Minuten stehen lassen, damit das Wasser abtropft. Anschließend mit
1 Frischknoblauch, in feinen Ringen etwas Olivenöl	in einer Pfanne bei mittlere Hitze braten, bis sie leicht goldbraun sind. Zum Schluss
2 kleine Gurken, in Halbmonden	kurz unterheben und mit
Zitronensaft etwas Zitronenschalenabrieb Salz und Pfeffer	abschmecken.

Du kannst das Gericht noch mit etwas Feta, frischer Minze oder gerösteten Sonnenblumenkernen verfeinern, wenn du magst. Lecker zu geröstetem Baguette, Ofenkartoffeln, Grillkäse der Fisch. Guten Appetit!

KraftFeld Gartengemüse - Görbelheimer Mühle 1 - 61169 Friedberg

Tel. 0163 6374165 - hallo@kraftfeld-gartengemuese.de - www.kraftfeld-gartengemuese.de