

# Gemüse-Spaghetti

feine Kräuterrahmsauce und Tomatenwürfel



Etwa  
**375 kcal**  
pro Portion



## Zubereitung

Die Spaghetti al dente kochen. Nun die Zwiebelwürfel in etwas Butter anschwitzen und mit der Milch, der Sahne und der Gemüsebrühe ablöschen.

Die Kräuter hinzu geben und etwas einreduzieren lassen. Nun die Spaghetti hinzu geben und erwärmen.

Die Tomatenwürfel kurz vor Ende hinzu geben und die Nudeln mit etwas Salz und Knoblauch abschmecken. Auf dem Teller anrichten.

Zeitgleich in einer anderen Pfanne das in Scheiben geschnittene Gemüse in etwas Öl anbraten und mit Salz, Knoblauch und italienischen Kräutern würzen. Das fertige Gemüse nun um die Spaghetti servieren und genießen.

## Zutaten für 4 Portionen

350 g Spaghetti roh  
2 Karotten gekocht  
2 gelbe Karotten gekocht  
2 Tomaten  
1 Zucchini  
1 Paprika  
1 TL Olivenöl  
10 g Butter  
1/2 Zwiebel  
40 ml Sahne  
80 ml Milch  
3 TL italienische Kräuter  
80 ml Gemüsebrühe  
1 Knoblauchzehe