



1A+1B

Fish

Zucchini-Nudeln mit Knoblauch-Limetten-Garnelen



Zubereitungszeit
10 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Knoblauch pressen, Chili fein hacken. 1 EL Olivenöl erhitzen, Knoblauch und Chili andünsten. Garnelen, Sojasoße und Limettensaft hinzufügen, 2-3 Min. garen, würzen und beiseitestellen. Zucchini-Nudeln herstellen, mit kochendem Wasser übergießen. Restliches Öl erhitzen, Zucchini-Nudeln 2 Min. braten. Garnelen hinzufügen und aufwärmen.

Zutaten

- ☐ 150-200 g Garnelen
- ☐ 100 g Zucchini
- ☐ ½ Knoblauchzehe
- ☐ ¼ rote Chili
- ☐ 1 TL Limettensaft
- ☐ 1 EL Kikkoman Sojasoße
- ☐ 2 EL Olivenöl
- ☐ Pfeffer
- ☐ Salz

Nährwerte pro Person

Energie	356 kcal
Kohlenhydrate	6 g
Fett	21 g
Eiweiß	33 g