

Champignon-Zucchini-Sugo

Zutaten für 4 Portionen:

1 große Zwiebel
2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl
1 Tetrapack passierte Tomaten (500 g)
2 EL Tomatenmark
250 g gemischtes Hackfleisch
Salz
Pfeffer aus der Mühle
getrockneten Oregano
getrockneten Majoran
250 g frische Steinchampignons
1 frische Zucchini (ca. 300 g)
geriebenen frischen Parmesan



Zubereitung:

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und fein würfeln. Danach eine Kasserolle mit Olivenöl erhitzen und die Zwiebelwürfelchen und Knoblauchwürfelchen goldbraun dünsten. Das Tomatenmark kurz mit anrösten und dann das gemischte Hackfleisch dazu geben. Unter rühren (das heißt das Hackfleisch dabei verrupfen) krümelig anbraten. Mit den passierten Tomaten ablöschen. Dann salzen, pfeffern und die getrockneten Kräuter – Oregano und Majoran – nach Geschmack - zugeben. Leise ca. 30 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Nudeln nach Packungsanleitung kochen. Hier passen besonders Spaghetti, Penne klein oder auch Makkaroni.

Nun die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Die Zucchini in dünne Stifte schneiden. In einer großen Pfanne nochmals Olivenöl erhitzen und die Champignonsscheiben und die Zucchini stifte scharf ca. 2 Minuten anbraten.

Zum Servieren tiefe Teller verwenden und zuerst darin die Nudeln verteilen. Dann das Sugo darauf verteilen und zum Schluss die gebratenen Champignonscheiben und Zucchini streifen.

Wer mag reibt sich noch Parmesan darüber.