

Tomaten-Feta-Zoodles

Zutaten

1 Fetakäse
400 g Cherry- oder Datteltomaten
2 Knoblauchzehen
1-2 EL Olivenöl
1 TL Italienische Kräuter
1-2 Prisen Chiliflocken
Salz und Pfeffer
2 Zucchini

Zubereitung

- Feta in eine Auflaufform geben und die Tomaten drumherum legen
- Knoblauch schälen und auf den Feta pressen
- Gewürze und Öl dazugeben und für 15-20 Min bei 200 Grad Ober- und Unterhitze in den Backofen geben
- In dieser Zeit die beiden Zucchini mit einem Spiralschneider zu "Spaghetti" verarbeiten
- Fünf Minuten, bevor der Feta aus dem Ofen kommt, die Zucchini in etwas Öl für ca. 3 Minuten in der Pfanne garen und leicht salzen
- Feta aus dem Ofen holen und mit den Tomaten zu einer cremigen Sauce verrühren
- Dann die Zoodles dazugeben und vorsichtig vermischen