



VEGETARISCHES LIMETTEN-ORZO

Zutaten

Für 3 Personen

2 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen
370 g Graupennudeln
1 Zucchini
1 Karotte
1 Dose Schmortomaten
1 Dose Gemüsebrühe
1 TL italienische Gewürzmischung
1 TL getrocknete Basilikumblätter
1 grüne Zwiebeln
20 g frische Petersilie
2 TL geriebene Limettenschale
2 EL Limettensaft
100 g geriebener Parmesankäse

Schritte

- 1.** Erhitzen Sie das Olivenöl in einer großen Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze. Rühren Sie den Knoblauch und die Orzo-Pasta ein. Lochen und rühren Sie alles für etwa 5 Minuten, bis die Nudeln eine helle, goldene Farbe annehmen.
- 2.** Rühren Sie Zucchini und Karotten ein und kochen Sie alles für etwa 2 Minuten, bis das Gemüse weich ist.
- 3.** Rühren Sie die Tomaten, die Gemüsebrühe, die italienischen Gewürze und das Basilikum ein. Schmecken Sie das Gericht mit Salz und Pfeffer ab. Reduzieren Sie die Hitze auf mittlere Stufe.
- 4.** Lassen Sie alles zugedeckt etwa 10 Minuten lang köcheln, bis fast die komplette Flüssigkeit aufgesogen ist.
- 5.** Rühren Sie die grünen Zwiebeln, die Petersilie, die Limettenschale und den Limettensaft ein. Nehmen Sie das Gericht vom Herd, lassen Sie es etwas abkühlen und servieren Sie es dann mit Parmesankäse bestreut.