

Fusilli mit Knoblauchgarnelen



20 Minuten

NÄHRWERTE

Energie	291 Kcal
Kohlenhydrate	7.2 g
Eiweiß	29.6 g
Fette	12.9 g

Nährwert pro Person

ZUTATEN

- 1 Beutel PowerSlim Fusilli
- 40-50 g Riesengarnelen
- 100 g Zucchini, in Scheiben geschnitten
- 1 EL Kräuterfrischkäse light
- 1 EL Olivenöl
- 1 Zehe Knoblauch, gepresst
- ¼ Chili, entkernt und in feine Ringe geschnitten
- Pfeffer
- Salz

ZUBEREITUNG

Die Fusilli nach Packungsanweisung zubereiten. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch, Garnelen, Zucchini und Chili hinzufügen. Alles solange braten, bis die Garnelen rosa werden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Nudeln mit dem Frischkäse unter die Garnelen rühren.