



Schnelle low carb Pfanne Nr. 4

mit Zucchini und Würstchen

Die Zucchini (mit Schale) grob raspeln oder in geviertelte Scheiben schneiden. Die Karotte ebenfalls raspeln. Die Wiener in Scheiben schneiden.

Etwas Butter in eine Pfanne geben und die Zucchini, Karotten, Würstchen und optional Mais darin 1 bis 2 Minuten anbraten. Erst danach würzen, die Eier in die Pfanne schlagen und gut vermischen.

Arbeitszeit ca. 5 Minuten

Koch-/Backzeit ca. 5 Minuten

Gesamtzeit ca. 10 Minuten

Schwierigkeitsgrad simpel



Zutaten für 1 Portionen:

1 m.-große Zucchini

1 m.-große Karotte(n)

2 Wiener Würstchen

2 Ei(er)

etwas Butter oder Öl

etwas Salz oder Society Garlic Salz

etwas Pfeffer

2 EL Mais, optional

Rezept von: **küchen_zauber**