



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	einfach



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**