

# Spaghetti mit Zucchini-Hackfleisch-Sauce

Zutaten für 2 Personen:

200 g trockene Spaghetti  
Salz  
1 Zwiebel  
250 Zucchini  
1 Knoblauchzehe  
150 g Tatar  
1/2 TL Paprikapulver, rosenscharf  
Pfeffer  
1 EL Tomatenmark  
1 TL Pflanzenöl  
250 g stückige Tomaten  
150 ml Gemüsebrühe (1 TL Instant)  
1 Prise Zucker  
1 TL getrockneter Oregano



Spaghetti in Salzwasser bissfest garen. Zwiebeln würfeln, Zucchini halbieren und in Scheiben schneiden. Knoblauch zerdrücken, mit Tatar vermischen und mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und Zwiebelwürfel, Tatar und Zucchini-scheiben darin anbraten. Tomatenmark und Tomaten hinzufügen und mit Gemüsebrühe ablöschen.

Sauce ca. 5 Minuten köcheln lassen, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Oregano abschmecken. Spaghetti abgießen und mit Zucchini-Hackfleisch-Sauce servieren.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

Garzeit: ca. 15 Minuten

Pro Person: 5,5 Points Weight Watchers