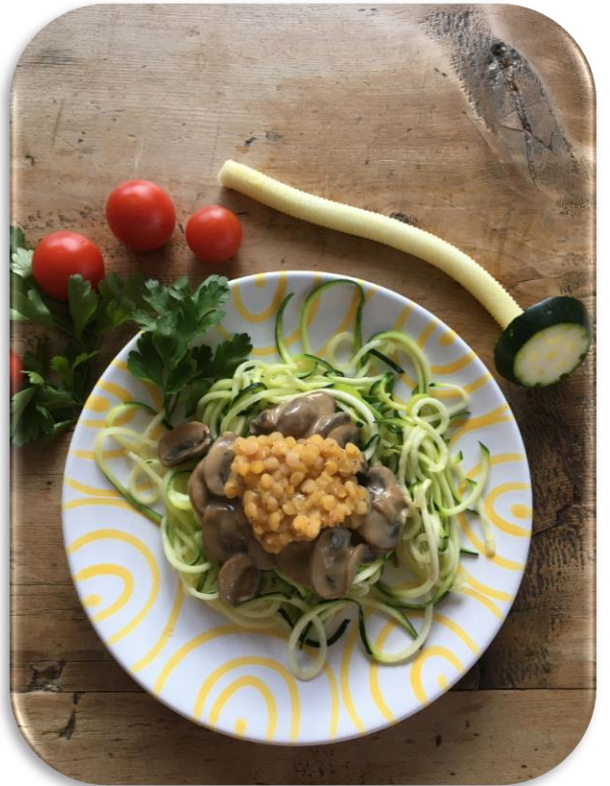


## Zoodles mit Champignonrahmsauce

Zutaten: (1 bis 2 Personen)

1 große Zucchini  
250 g Champignons  
Olivenöl  
Etwas Gemüsebrühe  
2 EL Mandelmus  
Salz, Pfeffer  
Ca. 6 EL gekochte rote Linsen



Zubereitung:

Die roten Linsen nach Packungsanweisung zubereiten. Zucchini waschen, im Spiralschneider oder in feine Streifen schneiden. Champignons putzen und feinblättrig schneiden. Die Pilze in Olivenöl andünsten, ganz wenig Gemüsebrühe zugeben. Zoodles in einer anderen Pfanne/Topf ebenfalls in Olivenöl kurz andünsten. Das Pilzgemüse mit Kräutern der Provence würzen und das Mandelmus unterrühren. Köcheln lassen, bis die Sauce cremig wird, dann abschmecken. Die Pilzcreme und die Linsen auf den fertigen Zoodles anrichten, dazu ein feiner Tomatensalat.

