

# Spaghetti z cukini i marchwi



## Składniki

2 szt. - cukinia  
2 szt. - marchew  
1 szt. - pomidory w  
puszce  
2 szt. - czosnek ząbek  
1 szt. - cebula  
1 garść - oliwki  
1 garść - kapary  
2 łyżka - oliwa  
50 g - ser typu feta  
1 szczypta - sól  
1 szczypta - pieprz  
1 szczypta - zioła  
prowansalskie  
1 łyżka - bazyliia świeża  
1 łyżka - ser parmezan

## Opis wykonania

Latem częściej stawiamy na lekkie i szybkie posiłki, zamiast tuczącego i ciężkiego makaronu proponuję cukinię pokrojoną metodą Julienne.

Na głębokiej patelni rozgrzewamy oliwę, dodajemy posiekany drobno czosnek (można użyć praski), dodajemy cebulę pokrojoną w kostkę i smażymy aż się zeszkli. Dodajemy puszkę pomidorów doprawiamy solą, pieprzem i ziołami. Gotujemy na małym ogniu aż odparuje nam lekko sos. W tym czasie kroimy cukinię i marchew metodą Julienne - niezbędna jest obieraczka przeznaczona do tego. Gdy sos, będzie dochodził dorzucamy na patelnię marchew i cukinię i jeszcze chwilę gotujemy. Wykładamy na talerz i dodajemy wg. uznania kapary, oliwki, ser typu feta, posypujemy parmezanem i ozdabiamy listkami świeżej bazylii. Lekko, smacznie i szybko.