

Low-Carb-Zucchinirollchen mit Pute und Pesto

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

10
Min.

NIVEAU



Zutaten für 5 Portionen

3 Zucchini
7 Scheiben geräucherte Putenbrust
7 Scheiben Käseaufschnitt
50 g Pesto
1 Bund Babyspinat
Salz, Pfeffer
4 Esslöffel Olivenöl

Gesund, schnell zubereitet und dabei noch lecker kann so einfach sein! Glaubst du nicht? Du brauchst Beweise? Hier sind sie: Die Low-Carb-Zucchini-Röllchen mit würzigem Pesto und geräucherter Putenbrust sind einfach zuzubereiten und schmecken richtig gut.

- 1 -

Backofen auf 170 °C vorheizen.

- 2 -

Zucchini mit einer Mandoline längs in dünne Scheiben schneiden und mit Küchenpapier trocken tupfen.

- 3 -

Käse und Putenbrust in ca. 2 cm breite Streifen schneiden. 1 TL Pesto auf jedem Zucchinistreifen verteilen. Mit Käse, Putenbrust und Spinat belegen und Salz und Pfeffer abschmecken. Aufrollen, mit Zahnstochern fixieren und in eine Auflaufform legen.

- 4 -

Zucchinirollchen mit Olivenöl beträufeln und im heißen Ofen ca. 10 Minuten backen.