

Zucchini à la Toscana

1 Zwiebel in Kokosfett dämpfen

50 g Schinkenwürfel dazu geben, dämpfen

450 gr Zucchini klein würfeln, dazugeben,

200 gr Kartoffeln (Röstiraffel) dazugeben

ca. 10 Minuten dämpfen

mit Trocomare würzen

250 gr Tomaten und ca. 10 cm Tomatenpürée

oder Tomaten Sugo aus dem Glas dazugeben

ca. 10 Minuten weiter dämpfen

zuletzt wenn möglich frische Basilikumblätter darübergeben

etwas geriebenen Parmesan und Brot dazu reichen

Zeitaufwand eine knappe Stunde

Etwas Kümmel begeben

Achtung nicht zuviel Trocamare = Schinken kann recht würzig sein !

Mit Hörnli oder Salat und Brot