

# Зеленые спагетти из кабачков цуккини с креветками



На 100 грамм:  
Калорийность: **80 ккал.**  
Белки: **10 г.**  
Жиры: **3 г.**  
Углеводы: **3 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/zelenye-spagetti-iz-kabachkov-cukkini-s-krevetkami/>

## **Ингредиенты:**

- оливковое масло 2 ст.л
- креветки (сырые) 400 г
- чеснок (измельченный) 1 ст.л
- сок лимона 2 ст.л
- кабачки (цуккини), нарезанных на тонкие спагетти 400 г

## **Приготовление:**

В сотейник налейте оливковое масло и прогрейте 1 мин.

Добавьте чеснок и подержите еще 1 мин. Добавьте сырые креветки и готовьте 3 мин, пока они не порозовеют по краям. Посолите, поперчите и с помощью шумовки вытащите их, оставляя всю жидкость в сотейнике.

Прибавьте огонь. Влейте сок лимона. Помешивайте деревянной ложкой в течение 2 мин.

Добавьте нарезанные спагетти-цуккини и помешивайте еще 2 мин. Теперь туда же креветки и соедините все в приятном зелено-розовом ансамбле. Вытащите и посыпьте измельченной петрушкой.