

# Currykryddade Zucchiniudlar

## CURRYKRYDDADE ZUCCHININUDLAR

Ger 2 portioner

### TILLAGNINGSTID:

15 minuter

400 g zucchini

1 st gul lök

2 tsk curry

1 tsk mald gurkmeja

Efter tycke & smak havssalt

Efter tycke & smak ghee

### HUSGERÅD

Grönsakssvarv

alt. Osthyvel

Skalkniv

Stekpanna

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Cervera.

# Currykryddade Zucchiniudlar

## Currykryddade Zucchiniudlar

Zucchiniudlar är något vi börjat äta ofta här hemma till olika rätter som t.ex. köttfärssås, goda [grytor](#) och grillat, då oftast bara upphettade och smaksatta med lite havssalt och peppar.

När vi [ugnsgrillade kycklingben](#) härom dagen så smaksatte vi våra zucchiniudlar med curry, [gurkmeja](#) och lök vilket blev en fantastisk kombo till kycklingen. Testa gärna och njut!

### Så här gör du

- Skölj och svarva zucchini i en [grönsakssvarv](#) till nudlar eller hyvla med en osthyvel eller potatisskalare
- Skala och hacka löken
- Klicka ner [ghee](#) i en [stekpanna](#) och bryn löken tills den mjuknat
- Tillsätt lite extra ghee och häll ner curry och gurkmeja och stek ihop snabbt
- Häll ner nudlarna och vänd ner dem försiktigt med löken och kryddorna tills de blandat sig fint
- Bryn ihop helt snabbt tills nudlarna börjar mjukna
- Smaka av med lite havssalt
- Servera och Njut!



Klicka dig vidare in i Paleoskafferiet och hitta fler goda recept med [zucchini](#).

Paleo så gott och så enkelt!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Cervera](#)



**Paleo för ett hälsosammare liv!**

*Jenny & Magnus Andersson*

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.