



## *Mozzarella-Sticks mit buntem Gemüse*



### *Zubereitung*

#### *Backofen:*

*200 °C*

*ca. 6 – 7 Minuten*

#### *Zubereitung*

#### *Fritteuse:*

*170 °C*

*ca. 1 Minute*

#### *Zubereitung*

#### *Pfanne:*

*mittlere Hitze*

*ca. 5 Minuten*

### **Zutaten:**

- 100 g Möhren
- ½ gelbe Paprikaschote
- 150 g Zucchini
- ½ Zwiebel
- 3 Lorbeerblätter
- 1½ EL Pflanzenöl
- Salz und Pfeffer
- 1 Pack Mozzarella-Sticks
- Vollkornbrot
- 50 g Tomatendip

### **Zubereitung:**

1. Möhren, Paprikaschote, Zucchini und die Zwiebel putzen, waschen und schräg in dicke Scheiben schneiden.
2. Gemüse in wenig Salzwasser mit den Lorbeerblättern 10 – 12 Minuten bissfest garen.
3. Wasser abgießen, mit Pflanzenöl das Gemüse anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Mozzarella-Sticks nach Anleitung zubereiten.
5. Mit buntem Gemüse und Tomatendip servieren.

Dazu passt Vollkornbrot

Die Zutaten sind für 2 Personen gerechnet