Rezept

Spaghetti mit grünem Spargel

Ein Rezept von Spaghetti mit grünem Spargel, am 29.04.2024

Zutaten

500 g	grüner Spargel
2 EL	Olivenöl
250 g	Spaghetti
1 Päckchen	TK-Kräuter (z.B. Italienische Kräutermischung)
1 Bund	zarte Frühlingsmöhren
	Salz
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
30 g	Parmesan, frisch gerieben

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 662 kcal

Zubereitung

1. Den Spargel und die Möhren waschen und putzen. Den Spargel nur im unteren Drittel schälen. Den Spargel und die Möhren in Stücke schneiden.

2. Das Öl in einer beschichteten Pfanne leicht erhitzen, den Spargel und die Möhren hineingeben. Das Gemüse bei mittlerer Hitze etwa 10 Min. garen, zwischendurch mehrmals umrühren.

3. Gleichzeitig reichlich Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen. Die Spaghetti darin nach Packungsangabe gerade eben bissfest garen.

4. Die Nudeln in ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. Dann in die Pfanne zu dem Gemüse geben. Alles mit Salz, Pfeffer und den Kräutern würzen und bei mittlerer Hitze noch kurz dünsten. Auf zwei Teller verteilen und mit Parmesan bestreut servieren.