

Rezept

Balsamico-Nudeln mit Hähnchenleber

Ein Rezept von Balsamico-Nudeln mit Hähnchenleber, am 28.06.2026

Zutaten

1 Packung Konjak-Spaghetti (250 g Abtropfgewicht)	150 g rote Zwiebeln
2 TL Olivenöl	1 TL Honig
3 EL Aceto balsamico	50 ml roter Portwein
Salz	Pfeffer
200 g Hähnchenleber	1L TL getrocknete Gewürz-Blüten-Mischung (Bioladen; ersatzweise Thymian)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 280 kcal, 9 g F, 23 g EW, 15 g KH

Zubereitung

1. Die Konjak-Spaghetti in ein Sieb abgießen, kalt abwaschen und abtropfen lassen. Die roten Zwiebeln schälen und in schmale Spalten schneiden.

2. 1 TL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelspalten darin bei starker Hitze ca. 2 Min. anbraten. Den Honig darüberträufeln und leicht karamellisieren, dann die Zwiebeln mit Essig und Wein ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 1 Min. bei mittlerer Hitze einkochen lassen. Die Spaghetti unter die Zwiebeln mischen und darin erhitzen.

3. Lebern kalt abwaschen und trocken tupfen. Restliches Öl in einer zweiten Pfanne erhitzen und die Lebern darin bei starker Hitze unter Rühren ca. 3 Min. anbraten, salzen und pfeffern.

4. Die Balsamico-Spaghetti auf zwei Teller verteilen, die gebratenen Hähnchenlebern darauf anrichten und mit der Gewürz-Blüten-Mischung bestreut servieren.