

Zubereitung

FRÜHLINGS-SPAGHETTI MIT SPARGEL

HAUPTGERICHT

Ergibt 4 Portionen

Zubereitungszeit: 50 min



Zutaten

FRÜHLINGS-SPAGHETTI MIT SPARGEL

- 4 Knoblauche, Zehen in feine Scheiben geschnitten
- 400 gr feiner, grüner Spargel
- 400 gr Erdbeeren, in Scheiben geschnitten
- 12 EL Olivenöl
- 4-5 EL Pankomehl 2 EL Parmesan, gerieben
- 1,5 Handvoll Peterli (Petersilie)
- Salz und Pfeffer, zum Abschmecken
- 4 frische Eier



1. Die Enden der Spargel um 1 cm zurückschneiden und der Länge nach halbieren.
2. Die Spaghetti in Salzwasser al dente kochen.
3. In der Zwischenzeit das Olivenöl erhitzen, darin das Pankomehl mit dem Knoblauch und den Spargeln leicht braten. Am Schluss die Erdbeeren zufügen und nur noch erwärmen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Nun mit den Spaghetti mischen, den Peterli und Parmesan enenfalls untermischen und in vorgewärmte Teller geben.
5. Jewils ein Ei , welches vorsichtig geköpft wird, in die Mitte setzen und sofort servieren. Das Ei am Tisch über die Spaghetti geben und leicht vermischen.

Genuss-Tipp: Dazu passt ein Saisosalat. Die Spaghetti frisch zubereiten und geniessen.

Gutes Gelingen, eure

Belinda K.



Eat, letters and deco



SCHNELL & EINFACH

Rezept von Belinda Kern