

LIEBLINGSREZEPT

Bärlauch – Tomaten – Pasta



Zutaten

- 2 Schalotten, ersatzweise
- 1 rote Zwiebel, ca. 100 g
- 500 g Cherrytomaten
- 80 g Bärlauch
- 500 g b*Spagetti
- Salz
- 4-5 EL Olivenöl
- Schwarzer Pfeffer,
frisch gemahlen
- ca. 75 g Parmesan,
frisch gehobelt

Zubereitung

Die Schalotten pellen und sehr fein hacken. Tomaten waschen und quer halbieren. Bärlauch gründlich säubern und trocknen. Die Stiele fein hacken, die Blätter in nicht zu feine Streifen schneiden.

Die Spagetti nach Packungsanweisung in Salzwasser garen.

3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Schalotten zugeben und glasig dünsten. Tomatenhälften und Bärlauchstiele hinzufügen und mitbraten, bis die Haut der Tomaten aufplatzt, dabei die Pfanne häufig schwenken. Alles mit Salz und Pfeffer würzen und den in Streifen geschnittenen Bärlauch zugeben.

Spagetti abgießen und tropfnass unter die Bärlauch Tomaten geben. Gut mischen und auf Portionsteller verteilen.

Das restliche Olivenöl über die Pasta-Portionen träufeln und den gehobelten Parmesan dazu servieren.



Weitere Rezepte in unserem
Kochbuch auf
bioladen.de/rezepte