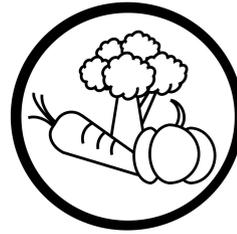
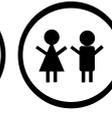


Rote Spargel Spaghetti



Vorbereitung
30 Minuten



Kinder
mögen es



Vegi



Vegan



Laktose
frei

4 Portionen

10 weisse Spargel

Die Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden. Die Spargel längs mit einem Spargelschäler schälen, wobei die Spitzen intakt bleiben. Die Spitzen abschneiden und die Spargelstangen mit einem Sparschäler in Streifen schälen.

2EL Olivenöl
500g Spaghetti**
4 L Salzwasser
4L Randensaft

Die Spargelspitzen in Olivenöl kurz anbraten, während du die Spaghetti in leicht gesalzenem Wasser für die halbe empfohlene Kochzeit kochst. In der zweiten Hälfte der Kochzeit die Spaghetti zusammen mit den Spargelstreifen in Randensaft und Wasser kochen.

Die roten Spargel-Spaghetti auf heißen Tellern anrichten und mit den weißen Spargelspitzen garnieren. Du kannst dieses Gericht auch gut mit grünen Spargeln oder einer Kombination aus beiden Farben zubereiten.

