

Lauch-Spaghetti



Zutaten:

250 g Lauch
150 g Karotte
2 Zehen Knoblauch
250 g Spaghetti
2 EL Olivenöl
1 TL Butter
1 TL Thymian
½ TL Chiliflocken
1 TL schwarzer Pfeffer
1 TL Salz
2 EL Parmesan

Zubereitung

Lauch längs halbieren und gut putzen. Die Hälften jeweils in etwa 6 cm lange Stücke und in feine Julienne schneiden. Karotte schräg in Scheiben und ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Nudeln in gut gesalzenem Wasser etwa 8 Minuten al dente kochen. Olivenöl und vegane Butter in eine heiße Pfanne geben, Gemüse bei mittlerer Hitze 5 Minuten zusammen mit Thymian, Chiliflocken und Pfeffer anbraten, mit Salz würzen. Mit 1 Schöpflöffel Nudelwasser ablöschen, aufkochen und köcheln lassen, bis die Pasta gegart ist. Spaghetti abgießen, dabei etwas Nudelwasser auffangen. Gemüse bei Bedarf mit etwas Nudelwasser und Salz abschmecken. Auf den Spaghetti anrichten und mit Parmesan und frisch gemahlenem Pfeffer servieren.



Nudeln

