

Nudeln mit Spargel und Tomaten 2 Pers.

500 g grüner Spargel

450 g Dosentomaten

4 EL Öl

Salz, Pfeffer

200 – 250 g Nudeln (am besten waren Penne)

Von den Spargelstangen die oberen 10 cm abschneiden. Die Spargelspitzen waschen und in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Tomaten in einem Sieb abtropfen lassen und mit der Gabel grob zerkleinern. In einer großen Pfanne, damit später auch die Nudeln mit dazu können, Öl erhitzen. Spargel leicht anbraten, dann die Tomaten dazugeben. Mit Salz und Pfeffer gut abschmecken. Zugedeckt bei schwacher Hitze kochen lassen, bis das Gemüse gar ist. Ca. 20 Min.

Inzwischen die Nudeln in reichlich Salzwasser kochen. al dente war zu fest. Man muss es ausprobieren welche Garzeit am besten ist. Während des Kochens immer mal wieder eine Nudel probieren. Bei uns waren es etwa 12-15 Min. Kochzeit. Nudeln gut abgießen und in die Pfanne zu dem Gemüse geben.

Spaghetti Bolognese war auf Grund der Länge und Dünne der Nudeln nicht mehr essbar und das Hackfleisch zu krümmelig, sodass es in der Speiseröhre festging, deshalb diese Variante.