



Zitronenöl Pasta mit Pak Choi

Rezepte vom LAISEACKER



Zutatenliste (2 Personen):

250g Spaghetti, 60ml Zitronenolivenöl (alternativ Olivenöl und Saft von 1 Zitrone), 1 Pak Choi, 2 Chilischoten, 4-5 Knoblauchzehen, 1 EL Gemüsebrühe, 2 EL weißer Balsamico (nur wenn keine echte Zitrone verwendet wird), 1 EL Apfeldicksaft, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Die Nudeln nach Packungsanleitung kochen. Währenddessen Pak Choi waschen und in dünne Streifen schneiden. Vom Nudelwasser etwa eine Tasse (200ml) aufbewahren.
2. Chilischote in feine Streifen schneiden. In einer Schüssel die Pak Choi Streifen mit den Chilistreifen vermengen und die Knoblauchzehen dazu pressen. Alles mit dem Zitronenöl mischen und kurz stehen lassen. (Wenn du kein Zitronenöl hast, presse eine Zitrone und stelle den Saft beiseite. Gib ihn erst später in der Pfanne dazu.)
3. In einer Pfanne die Pak Choi Mischung scharf anbraten, dann die Hitze runterdrehen und den Apfeldicksaft hinzu geben. Kurz karamellisieren lassen und dann mit Essig oder Zitrone ablöschen. Die Nudeln abgießen und hinzugeben. Dabei in einer Tasse etwas Nudelwasser mit der Gemüsebrühe vermengen..
4. Nudeln und die Brühe zum Gemüse in die Pfanne geben und alles gut mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Viele weitere tolle Rezeptideen
finden Sie auf

www.laiseacker.de.

Guten Appetit