Meeresfrüchtespaghetti

Mit diesem Rezept kommt Urlaubsstimmung auf. Die Meeresfrüchtespaghetti bringen Abwechslung in den täglichen Speiseplan.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 30 min



Zutaten

1 kg	Fleischtomaten
2 Stk.	Knoblauchzehe
2 EL	Olivenöl
1 Bund	Petersilie
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
400 g	Spaghetti
500 g	Meeresfrüchte (tiefgekühlt)
6 EL	Weißwein
2 Stk.	Zwiebel

Zubereitung

1. Die Fans italienischer Pasta werden diese mediterrane Alternative der **Meeresfrüchtespaghetti** lieben. Die tiefgekühlten Meeresfrüchte zum schonenden Auftauen am Vortag in den Kühlschrank geben.

2. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und zerkleinern. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch- und Zwiebelwürfel darin andünsten.

3. Fleischtomaten nun mit heißem Wasser überbrühen und enthäuten. Tomaten würfeln und zu Knoblauch und Zwiebeln geben. Das Ganze 10 Minuten köcheln.

4. Parallel dazu einen großen Topf mit Salzwasser aufkochen, die Spaghetti hineingeben und einige Minuten (nach Packungsanweisung) bissfest garen. Anschließend zum Abtropfen in

ein Sieb geben.

5. Nun die aufgetauten Meeresfrüchte zu den Gemüsewürfeln in die Pfanne geben und heiß werden lassen. Petersilie säubern und fein zerschneiden, dann zu den Meeresfrüchten geben. Mit Weißwein das Ganze ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Die bissfest gekochten Nudeln unter der Beigabe von etwas Olivenöl zu den Meeresfrüchten geben und servieren.

Tipp

Diese Meeresfrüchtespaghetti schmecken zu einem kühlen Glas Weißwein.