Spaghetti mit Karfiol

Die Spaghetti mit Karfiol sind eine ideales Rezept für die schnelle Küche. Die köstlichen Nudeln sind im Nu zubereitet.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 35 min



Zutaten

400 g	Karfiol
1 Stk.	Knoblauch
1 Stk.	Chilischote
3 Stiele	Blattpetersilie
200 g	Spaghetti
50 g	Speck
4 EL	Olivenöl
1 Spritzer	Zitronensaft
	Salz

Zubereitung

1. Für die **Spaghetti mit Karfiol** die Knoblauchzehe schälen und klein hacken. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und zerkleinern. Petersilienblätter von den Stielen zupfen und zerhacken. Den Karfiol in Röschen teilen, Speck in kleine Würfel schneiden.

2. Salzwasser in einem Topf erhitzen und die Nudeln nach Packungsanweisung bissfest kochen. In den letzten 4 Minuten den Karfiol mitkochen.

3. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Speck kurz anrösten, Chili und Knoblauch bei geringer Hitze andünsten.

4. Die Spaghetti und Karfiol abgießen, in die Pfanne geben. Mit Zitronensaft und Salz würzen und mit der Petersilie bestreuen.

Tipp

Vegetarier lassen den Speck weg und ersetzen diesen mit gerösteten Pinienkerne. Die Spaghetti je nach Belieben mit Parmesan verfeinern.