Spaghetti Primavera

Mit dem Rezept für Spaghetti Primavera lässt sich ein leckeres Pastagericht zubereiten, das für Abwechslung sorgt. Einfach ausprobieren und genießen!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 40 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 1,2 h



Zutaten

25 dag	Spaghetti
1 Stk.	Gelber Paprika
1 Stk.	Paprika rot
10 dag	Karotten
40 dag	Brokkoli
1 Bund	Frühlingszwiebeln
0.5 Bündel	Basilikum
0.5 Bündel	Petersilie
8 EL	Zitronensaft
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 EL	Öl

Zubereitung

1. Für die **Spaghetti Primavera** als Erstes den Backofen auf 180° Grillstellung vorheizen. Währenddessen die Paprikaschoten waschen, entkernen und in Viertel schneiden. Das Backblech mit einer dünnen Schicht Öl bestreichen und die Paprika mit der Hautseite nach oben auf das Backblech legen. Das Backblech nun in den Ofen stellen und die Paprika für etwa zehn bis fünfzehn Minuten backen lassen. Herausnehmen, wenn die Oberseiten schön dunkel sind und Blasen werfen. Während die Paprika im Ofen sind, die Karotten schälen und in sehr dünne Scheiben schneiden. Den Brokkoli, die Petersilie und den Basilikum waschen und gut abtropfen lassen. Von dem Brokkoli die Röschen und von den Kräutern die Blätter abzupfen. Die Kräuter dann fein hacken. Die Frühlingszwiebeln ebenfalls waschen und in

feine Scheiben schneiden.

2. Als Nächstes die Paprika aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen. In der Zwischenzeit einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Nun von den Paprika die Häute abziehen und das Fruchtfleisch in feine Streifen scheiden.

3. Anschließend die Nudeln in das Wasser geben und nach Packungsanweisung kochen. Etwa vier Minuten vor Ende der Kochzeit, die Karotten und den Brokkoli zu den Nudeln geben und mitkochen lassen.

4. Jetzt den Saft einer Zitrone auspressen. Danach die Nudeln und das Gemüse abseihen und in eine Schüssel geben. Öl, Frühlingszwiebeln, Kräuter, Zitronensaft und Paprika zu den Nudeln geben, alles gut durchmischen. Zuletzt mit Salz und Pfeffer abschmecken und lauwarm servieren.

Tipp

Gerade an heißen Tagen sind die Spaghetti Primavera einfach ein Traum. Ein knackiger, bunter Salat dazu, sorgt für den extra Frische-Kick. Gewürfelte Tomaten passen ebenfalls hervorragend zu dem Gericht. Ein kühles Glas Weißwein, eignet sich bestens als Getränk zu den Gemüsenudeln.