

Linguine con aglio, olio e peperoncino



- **6 frische Knoblauchzehen** in dünne Scheiben schneiden, **2 Chilis** und **1 Bund Petersile** fein hacken.
- **500 g Linguine** in reichlich Salzwasser bissfest garen.
- **100 ml Olivenöl** in einer Pfanne erhitzen. **Knoblauch** und **Chilis** 1–2 Minuten anbraten, anschließend **100 ml Nudelwasser** begeben und **Petersile** untermischen.
- Nudeln tropfnass in die Pfanne geben und gut schwenken.
- Nach Geschmack mit Salz nachwürzen und mit Parmesan bestreut servieren.

Wir wünschen guten Appetit.

Zutaten (4 Pers.)

500 g	Linguine
100 ml	Olivenöl
6	frische Knoblauchzehen
2	Chilis
1 Bd	glatte Petersilie
	Parmesan
	Salz

Tipp 1

Eine fruchtige Ergänzung ist die Beigabe von halbierten Kirschtomaten kurz vor Ende der Garzeit.

Tipp 2

Achten Sie bei den Linguine auf die Herstellung im Bronzeverfahren; hierdurch erhalten sie eine rauere Oberfläche und nehmen das Knoblauchöl besser auf.

100%
LECKER



/// Weitere Rezepte und Anregungen finden Sie auf www.vitaminkiste-lendersdorf.de