Ein Rezept von **Tiny Spoon** · Julia Radtke

Hauptmahlzeit / Frühling / Kinder / super schnell /

Pasta con Carote

Ich liebe Gerichte, die schnell sind, kaum Dreck machen und nur eine handvoll Zutaten benötigen. Gerichte, die man auch noch müde, nach einem Tag voller Arbeit und anschließender Kinderbespaßung, zaubern kann und die trotzdem nach mehr aussehen. Genau dazu gehört meine Pasta con Carote. Pasta kochen, Knoblauch und Karotten in die Pfanne, Parmesansplitter rüber und fertig ist ein gesundes, leckeres Essen für die ganze Familie.

Zutaten

- 1 - Mohrrüben
- 250 gr - Linguine
- 1 - Knoblauchzehe
- 3 EL - Olivenöl
- 1 TL - Zitronensaft
- - Parmesan
- - Salz & Pfeffer

Zubereitung:

1. Einen großen Topf mit Wasser und etwas Salz zum Kochen bringen und die Linguine nach Packungsanleitung al dente kochen.
2. Den Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden.
3. Die Kartotten ebenfalls schälen und die Schale entsorgen. Nun mit dem Sparschäler die Karotte rundherum weiter ‘schälen’, sodass wir lange, dünne Karottenbänder bekommen.
4. Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und den Knoblauch hinzugeben. Für ca. 30 Sekunden den Knoblauch im Öl schwenken. Anschließend die Karottenbänder mit in die Pfanne geben und für ca. 5 Minuten braten. Etwas salzen und pfeffern und den Zitronensaft hinzugeben.
5. Wenn die Pasta al dente ist, etwas Kochwasser abschöpfen (ca. ½ Suppenkelle) und die Karotten damit ablöschen.
6. Nun die Pasta abgießen und zu den Karotten in die Pfanne geben. Für weitere 2 Minuten die Pfanne schwenken und die Pasta mit den Karotten vermengen.
7. Auf einem Teller anrichten und mit gehobelten Parmesankäse garnieren.

Viel Spaß & Guten Appetit,
Eure Julia