

Spaghetti mit Scampi in Weißweinsoße



XXX Lecker

Zutaten (für 4 Portionen)

Für die Soße

- 3 Knoblauchzehen
- 1 Bio-Zitrone
- 4 Stiele Thymian
- 2 EL Olivenöl
- 640 g Scampi
- 400 ml Weißwein
- 150 g Butter
- Salz und Pfeffer

Ausserdem

- 400 g Spaghetti
- 4 Stiele Petersilie
- 80 g Parmesan

Nährwerte

Pro 100 Gramm

159 kcal
8 g Eiweiß
7 g Fett
14 g Kohlenhydrate

Zeitaufwand: 20 Minuten

Zubereitung

1. Für die Soße Knoblauch schälen und fein hacken. Thymian und Petersilie waschen.
2. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Scampi darin mit Knoblauch ca. 2 Minuten anbraten und salzen, aus der Pfanne nehmen. Weißwein, Butter und Thymian in die Pfanne geben. Zitrone heiß abwaschen. Saft auspressen und Schale abreiben. Beides ebenfalls in die Pfanne geben, aufkochen und so lange einkochen lassen, bis der Weißwein von der Butter gebunden wird.
3. Einen Topf mit Wasser aufsetzen und Spaghetti nach Packungsanleitung al dente garen. Anschließend abseihen.
4. Tropfnasse Nudeln mit in die Pfanne geben und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Scampi ebenfalls dazugeben und gut durchschwenken.
5. Zum Anrichten Spaghetti in tiefe Teller geben. Petersilie grob hacken und darüberstreuen. Parmesan frisch darüber reiben.



REISER RÄT

Die Scampi lassen sich wunderbar durch Kalbfleisch ersetzen. Hierfür Kalbsrücken in feine Streifen schneiden und ab Punkt 2 wie oben beschrieben verfahren

