

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

Mangold - Spaghetti

Zutaten: Mangold, Gemüsebrühe, Spaghetti, Olivenöl, Knoblauch, Salz und Pfeffer, Parmesan

Zubereitung: Mangold waschen und in Streifen schneiden.
Statt Nudelwasser eine ausreichende Menge Gemüsebrühe zum Kochen bringen.

Spaghetti und Mangold zusammen kochen.

Knobi schälen und fein hacken, in Oliven-Öl anbraten.

Spaghetti und Mangold abgießen und 2 EL Nudelwasser auffangen. Mangold-Spaghetti mit Öl und Nudelwasser mischen, salzen, pfeffern und mit Parmesan bestreut servieren.

Guten Appetit wünscht Ihr **Gemüse bringt's** -Team

www.gemuese-bringts.com, Tel. 02525-2560 (Telefonzeiten Di. und Do. 9 - 12 Uhr)