

MEIN REZEPT:

Bitte Namen eintragen.

Heidemarie Führer

Kategorie

- Biologisch Vegetarisch
 Regional Südländisch
z. B. Oliven, Ingwer, Melanzani, Safran, Zitrusfrüchte

Zutaten*

500 g Vollkornnudeln (Spaghetti)
 0,3 l Schlagobers
 1 Zwiebel
 1 roter Paprika
 500 g Champignons
 Petersilie
 Salz und Pfeffer

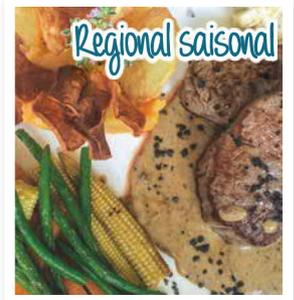
Zubereitung

Sauce:
 Zwiebel in Butter oder Öl anrösten
 Champignons geschnitten mitdünsten
 Petersilie schneiden und
 roten Paprika in Würfel mitrösten
 Salzen und Pfeffern
 mit Schlagobers aufkochen

Nudeln nach Anleitung in der Zwischenzeit kochen und abseihen

Nudeln mit Sauce servieren
 dazu passt Salat (grün, rote Rüben)

KLAR-Klima-Rezepte



Bitte auf Seite 2 ein Foto des Rezeptes im Hoch- oder Querformat einfügen.

Schwierigkeitsgrad

- einfach
 mittel
 schwer

Zubereitungszeit

30 Min.

MEIN REZEPT IN BILDERN

