

MÖNCHSBART-SPAGHETTI

Zutaten für 4 Personen:

350 g Spaghetti
ca. 150 g Mönchsbart (Barba di frate)
1 kleine Zwiebel
3 Knoblauchzehen
4 EL natives Olivenöl
ca. 300 g Cherrytomaten (wer möchte)
ger. Parmesan nach Belieben
Salz, Pfeffer
Chili (nach Belieben)

Zubereitung:

Die Spaghetti nach Packungsanweisung abkochen.
Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfelchen schneiden (Knoblauch auch in dünne Scheiben).
Den Mönchsbart waschen und die braunen Enden entfernen.
Ggfs. die Tomaten halbieren.
Anschließend die Zwiebel, den Knoblauch und die Tomaten in der Pfanne mit dem Öl kurz scharf anbraten. Dann den Mönchsbart dazugeben und alles für ca. 5 Minuten dünsten lassen. Mit den Gewürzen abschmecken.
Die Nudeln dazugeben und alles gut durchmischen. Eventuell noch etwas Olivenöl dazugeben.