



SLOW GOODS

Rezept: Mercedes Lauenstein & Juri Gottschall
Bild: Andrea Mäusli

Strozzapreti mit grünem Spargel

Zubereitungsdauer ca. 20 min

Für 4 Personen

Zutaten

Strozzapreti
Grüner Spargel
Kleine Tomaten
Knoblauch
Olivenöl Extra Vergine
Weisswein
Parmigiano Reggiano

Zubereitung

Spargel vor- und zubereiten

Die holzigen Enden des Spargels großzügig abschneiden und entsorgen. Die Spargelspitzen abtrennen und zunächst zur Seite legen. Die restlichen Stangen in dünne Scheiben schneiden. Fein gehackten Knoblauch in Olivenöl bei mittlerer Hitze kurz andünsten, dabei darauf achten, dass er nicht zu dunkel wird. Die Spargelscheiben hinzufügen und kurz mitbraten. Nach wenigen Min. die geviertelten Tomaten samt Saft in die Pfanne geben und mit einem Schluck fruchtigem Weißwein ergänzen. In dem entstehenden Sud kann der Spargel weitergaren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pasta kochen und Zutaten vereinen

Gleichzeitig die Strozzapreti in gut gesalzenem Wasser kochen. Drei bis vier Min. bevor die Pasta al dente ist, die Spargelspitzen ins Kochwasser geben und kurz mitkochen lassen, sodass sie angenehm bissfest bleiben. Die Pasta und Spargelspitzen nun etwas früher, zusammen mit einigen Esslöffeln des stärkehaltigen Kochwassers, in die Pfanne zum Gemüse geben und unter großzügiger Zugabe von Olivenöl gut durchschwenken, bis sie fertig gegart sind.

Abschmecken und servieren

Das Rezept kommt ohne Käse aus. Wer dennoch Lust darauf hat, kann jetzt etwas Parmigiano Reggiano direkt in die Pfanne reiben und alles erneut durchschwenken, damit der Käse mit dem stärkehaltigen Sud verschmilzt. Alternativ kann der geriebene Käse auch klassisch kurz vor dem Verzehr über den Teller gestreut werden. Der Parmigiano Reggiano sollte die feinen Aromen des Gerichts als Geschmacksverstärker unterstützen, sie jedoch nicht überdecken.



Entdecke dieses und weitere Rezepte im
Culinarium - Der Foodblog von Slow Goods
www.slowgoods.ch/blogs/culinarium

