

Spaghetti mit Knoblauchöl und Chili

Zutaten für: 4 Personen

320	Gramm	Frische Spaghetti
2		Knoblauchzehen
60	Gramm	Olivenöl
		Chilischote
		Petersilie
		Salz nach Belieben

Anleitung:

Spaghetti mit der Nudelmaschine zubereiten gemäss 1. Erhitzen Sie das Öl in einer Pfanne, geben Sie den Knoblauch in kleinen Stückchen und die klein gehackte Chilischote hinzu und braten Sie beides zusammen an, bis dass der Knoblauch eine goldgelbe Farbe angenommen hat. Vom Herd nehmen und leicht salzen. Kochen Sie die Spaghetti, giessen Sie sie ab und geben Sie diese dann in die Sosse. Mit gehackter Petersilie bestreuen und heiss servieren.

475 Kalorien pro Portion