

Spaghetti aglio e olio



vegetarisch

Zutaten für 4 Portionen:

- 400 g Spaghetti
- 6 Knoblauchzehen
- 50 ml Olivenöl
- Petersilie
- 1 Chilischote
- Salz
- Pfeffer

optional:

- geriebener Parmesan (oder Pecorino-Käse)
- geriebene Zitronenschale

Arbeitszeit: ca. 5 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 10 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 15 Minuten

Mein Spaghetti aglio olio Rezept:

1. Schäle den Knoblauch und schneide ihn in Scheiben.
2. Entferne die Kerne der Chilischote und schneide die Chili in dünne Streifen. Hacke die Petersilie klein.

3. Erhitze einen Topf mit Wasser und koche darin die Spaghetti bissfest.
4. Gib das Olivenöl in eine große Pfanne.
5. Füge den Knoblauch, die Chilischote und die Petersilie hinzu und dünste alles an. Achte darauf, dass der Knoblauch nicht zu braun wird, sonst schmeckt er nachher sehr bitter.
6. Gib dann die Nudeln vom Topf direkt in die Pfanne. Anschließend kommen noch 3 Kellen Nudelwasser hinzu.
7. Lass die Nudeln nun so lange köcheln bis das Nudelwasser verdampft ist.
8. Würze die Spaghetti mit Salz und Pfeffer.
9. Zum Schluss kannst du noch etwas frische Zitronenschale und Parmesan darüber reiben.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

