

Linguine mit Speck-Sahne-Soße

Nudel-Gerichte » Spaghetti&Linguine

Zutaten (4 Personen)

- » 100g Bohnen (grün)
- » Salz & Pfeffer
- » 100g Frühstücksspeck
- » 200g rote Zwiebel(n)
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 2EL Balsamico Essig
- » 200ml Schlagsahne
- » 400g Bandnudeln

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

bis 30min

Zubereitung

1. Die Bohnen waschen, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser 2-3min blanchieren. Abgießen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen.

2. Den Speck in feine Streifen schneiden. Die Zwiebeln abziehen, halbieren. Die Hälfte davon in Ringe teilen, zum Garnieren beiseite stellen. Restliche Zwiebeln fein würfeln.

3. Speck in einer beschichteten Pfanne auslassen. Den Knoblauch abziehen und dazupressen. Die gewürfelten Zwiebeln hinzufügen und glasig braten. Mit Balsamico-Essig ablöschen. Sahne angießen und etwas einkochen lassen. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Die Linguine in kochendem Salzwasser bissfest garen, abgießen und abschrecken. Mit den Bohnen und der Soße mischen, mit den Zwiebelringen garniert servieren.

Nährwerte: 640kcal/E20g/F20g/KH73g pro Portion

angelegt am: 11.06.2003

Rezept-Nr: 351

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke