



UNSER REZEPT TIPP

Öffnungszeiten
Mo.-Fr. 9.00-18.30 Uhr
Samstag 9.00-16.00 Uhr
Mittagstisch
täglich ab 11.30 Uhr

ES IST WIEDER SPARGELZEIT

PASTA CON PESTO DI ASPARAGI

ZUTATEN

500 g	Grüner Spargel	50 g	Pinienkerne
100 g	Parmigiano Reggiano	6 EL	Olivenöl (extra vergine)
3 Stk	Knoblauchzehen	Salz und Pfeffer zum Würzen	
400 g	Pasta (z.B. Orecchiette, Farfalle oder Cavatelli della Nonna)		

ZUBEREITUNG

1. Den Spargel abspülen, je nach Dicke im unteren Drittel schälen und in reichlich Salzwasser ca. 6-8 Minuten (je nach Dicke) kochen. Danach gut abtropfen bzw. abtupfen.
2. Die Spitzen abschneiden und zur Seite legen.
3. Die restlichen Spargelstangen in kleine Stücke schneiden und in einem Gefäß zusammen mit Parmesan, Pinienkernen, Knoblauch, Olivenöl und einem Esslöffel Spargelwasser mit einem Pürierstab zu einer dickflüssigen Creme zerkleinern. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Die Nudeln im Spargelwasser gemäß Garangabe kochen und gut abtropfen.
6. Anschließend die Nudeln mit dem Spargelpesto verrühren und mit den Spargelspitzen dekorieren. Unser Tipp: Zusätzlich mit Parmesan bestreuen.

Unsere Weinempfehlung dazu: ISTÀ Ca de Rocchi aus dem Hause Tinazzi.

WIR WÜNSCHEN VIEL SPASS BEIM KOCHEN UND GUTEN APPETIT!

Für den Zutaten- und auch sonstigen Einkauf sind Sie bei uns im Frega Großmarkt in der Georg-Wulf-Straße 13-15 in Bremen genau richtig. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Schauen Sie auch in unserem Online-Shop vorbei. Genuss made in Italia bequem von zu Hause einkaufen unter: shop.frega.de