

Ihre Story, Ihre Informationen, Ihr Hinweis? [feedback@20minuten.ch](mailto:feedback@20minuten.ch)

19. Juli 2014 03:00; Akt: 27.05.2013 16:21

# Spaghetti Königsart

Hauptgericht für 4 Personen



Rezept & Bild Saisonküche

ein aus i taten

1 Zwiebel

Fehler gesehen?

200 g Lauch

2 rote Peperoni



Fehler beheben!

200 g Schinken, z. B. St. Galler Ofenschinken

400 g Spaghetti

Salz

1 EL Sonnenblumenöl

20 g Tomatenpüree

½ Bio-Zitrone

1,5 dl Milch

1 dl Rahm

100 g Crème fraîche

Pfeffer

½ Bund Basilikum

## Zubereitung

1. Zwiebel fein hacken. Lauch in feine Ringe schneiden. Peperoni und Schinken in Streifen schneiden. Spaghetti in siedendem Salzwasser bissfest garen. Abgiessen und abtropfen lassen.

2. Inzwischen für die Sauce Zwiebel, Lauch und Peperoni im Öl dünsten. Tomatenpüree begeben und kurz mitdünsten. Zitronenschale fein dazureiben, Zitrone auspressen. Zitronensaft mit Milch, Rahm und Crème fraîche begeben, heiss werden lassen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spaghetti mit der Sauce servieren und mit Basilikumblättchen bestreuen.

**TIPP** Dazu passt Salat.

Zubereitungszeit ca. 25 Minuten

Pro Person ca. 28 g Eiweiss, 25 g Fett, 84 g Kohlenhydrate, 680 kcal

(jne)