

Aglio e Olio

Die Spaghetti im Salzwasser kochen. Den Knoblauch in dünne Scheiben schneiden, die Chili entkernen und fein hacken.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch und Chili darin leicht anrösten. Petersilie hacken und unterrühren. In der Pfanne mit den Spaghetti mischen und salzen.

Arbeitszeit: ca. 10 Min.
Schwierigkeitsgrad: simpel
Brennwert p. P.: 160 kcal



Zutaten für 4 Portionen:

3 Zehe/n Knoblauch
1 Chilischote(n), rot
6 EL Olivenöl
½ Bund Petersilie
Salz
400 g Spaghetti
Wasser (Salzwasser)

Verfasser: Kleopatra28

