



V: Vegetarische Chorizo-Vollkornspaghetti

mit Crème fraîche und hartgekochtem Ei

Ein deftig-feines Vollkornpastagericht mit knusprig gebratener vegetarischer Chorizo von Heura, gehacktem Ei, einer cremigen Crème fraîche-Lauchzwiebel-Sauce, geriebenem Käse und Basilikum ist der Glücklichermacher heute Abend – schnell auf dem Tisch und beliebt bei Klein und Groß. Guten Appetit!



20-30min



2 Personen

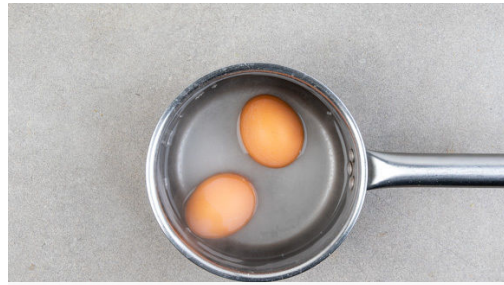
- 200g Bio-Vollkornspaghetti ²
- 2 Bio-Eier ¹
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Lauchzwiebel
- 10g Basilikum
- 1 Stück italienischer Hartkäse ³
- 5 vegane Chorizos ⁴
- 1 Becher Crème fraîche ³

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- mittelgroßer Topf
- kleiner Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Allergene
Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Sojabohnen (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 884kcal, Fett 44.1g,
Kohlenhydrate 73.7g, Eiweiß 40.6g



1. Eier kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. In einem kleinen Topf genügend Wasser für die **Eier** aufkochen und die **Eier** darin in 8-10Min. hart kochen. Die **Eier** aus dem Wasser nehmen, mit kaltem Wasser abschrecken und abkühlen lassen.



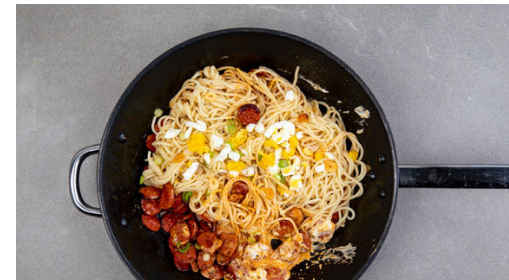
4. Eier hacken

Die **Eier** schälen und fein hacken. Die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen. Den **Käse** fein reiben. Die **vegane Chorizo** in Scheiben schneiden oder grob würfeln.



2. Knoblauch schneiden

Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden. Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden.



5. Chorizo braten

Die **Chorizo** in einer großen Pfanne mit 1 EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Den **Knoblauch** dazugeben und ca. 1Min. mitbraten, dann die **Crème fraîche**, die **Lauchzwiebeln** und **50-100ml Pastawasser** unterrühren. Die **Pasta** und die **Eier** unterheben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 8-10Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **100ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



6. Garnieren und servieren

Die **Pasta** auf Teller verteilen, mit dem **Käse** und dem **Basilikum** garnieren und servieren.