



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



4 Portionen

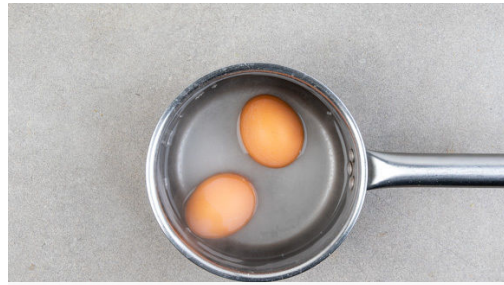
- 400g Bio-Vollkornspaghetti ²
- 4 Bio-Eier ¹
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 10g Basilikum
- 2 Stücke italienischer Hartkäse ³
- 10 vegane Chorizos ⁴
- 1 Becher Crème fraîche ³

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

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

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

Energie 792kcal, Fett 34.7g,
Kohlenhydrate 72.7g, Eiweiß 39.7g



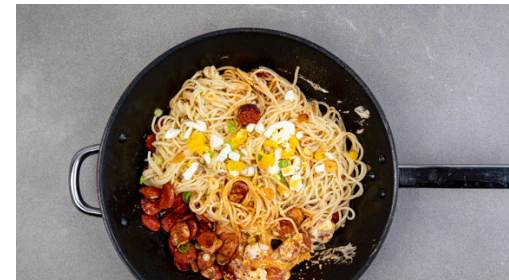
In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. In einem kleinen Topf genügend Wasser für die **Eier** aufkochen und die **Eier** darin in 8-10Min. hart kochen. Die **Eier** aus dem Wasser nehmen, mit kaltem Wasser abschrecken und abkühlen lassen.



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.



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



Die **Chorizo** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Den **Knoblauch** dazugeben und ca. 1Min. mitbraten, dann die **Crème fraîche**, die **Lauchzwiebeln** und **100-200ml Pastawasser** unterrühren. Die **Pasta** und die **Eier** unterheben und mit Salz und Pfeffer würzen. Die **Chorizo-Pasta** mit **Käse** und **Basilikum** garniert servieren.



Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 8-10Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **200ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



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