

# Hier und heute



## **Spaghetti mit Radieschenblätter-Pesto und grünem Spargel**

In Radieschenblättern steckt ernährungstechnisch viel Gutes. Unser Koch Lars Middendorf macht ein würziges Pesto draus – für seine Spaghetti mit grünem Spargel und knusprigem Panko-Topping.

### **Das Rezept**

(von Lars Middendorf für vier Personen)

#### **Zutaten für das Pesto**

- 2 Bund Radieschenblätter
- 100 g blanchierte Mandeln
- 150 ml Olivenöl
- 3 geschälte Knoblauchzehen
- 150 g geriebener Parmesan
- Salz

#### **Zubereitung**

Die Radieschenblätter waschen und trocknen, dann kurz hacken und in einen Mixer geben. Mit Mandeln, Öl, Knoblauch und Parmesan auffüllen und alles fein mixen. Abschmecken mit Salz und dann in ein sauberes Glas füllen. Das Pesto ist gekühlt bis zu zwei Wochen haltbar.

#### **Zutaten für knusprige Brösel/Topping**

- 3 EL Panko
- 1 EL Butter
- Salz

#### **Zubereitung**

Die Butter in einer Pfanne heiß werden lassen. Dann das Panko hineingeben und knusprig braun rösten. Dann salzen und aus der Pfanne nehmen.

#### **Zutaten für die Spaghetti**

- 400 g Spaghetti
- 12 Stangen grüner Spargel
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer

#### **Zubereitung**

Die Spaghetti in kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung al dente kochen. Vom Spargel währenddessen die holzigen Enden abtrennen und Spargel-Ringe von ca. einem Zentimeter Breite schneiden.

Beim Abgießen der Pasta etwas vom Kochwasser aufheben!

In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen, den geschnittenen Spargel dazugeben und für zwei Minuten braten, zwischendurch schwenken.

Dann die gekochten Nudeln, etwas aufgefangenes Pastawasser und vier Esslöffel Pesto dazugeben. Durchschwenken, bis die Nudeln anfangen die Sauce aufzunehmen.

Die Pasta auf einem Teller anrichten und mit den knusprigen Bröseln anrichten.

# Hier und heute

Guten Appetit!

