Artikel vom 08.10.2025 · Ausgedruckt am 12.11.2026, 05:35 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/spaghetti-mit-gruenem-spargel-und-haehnchen

Spaghetti mit grünem Spargel und Hähnchen



Foto: Nadine Hörster

Zutaten (für 4 Personen):

1 Bund grüner Spargel (circa 300 g)

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

1 grüne Chilischote

200 g Cocktailtomaten

2 EL Olivenöl

Salz

Pfeffer

50 g frisch geriebener Parmesan

400 g Spaghetti

400 g Hähnchenbrust

Paprikapulver

Zubereitung:

Den Spargel waschen und die untere Hälfte schälen. Die Spargelspitzen abtrennen und die restlichen Spargelstangen in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch pellen, fein würfeln. Chili in feine Ringe schneiden. Cocktailtomaten halbieren. Hähnchenbrust in kleine Würfel schneiden, mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

Spaghetti nach Packungsanleitung kochen. Fleisch in Olivenöl anbraten. Zwiebeln, Knoblauch und Chili hinzugeben und andünsten. Spargelstücke hinzugeben, weich dünsten, dann erst die Spargelspitzen. Tomaten dazugeben, mit etwas Nudelwasser ablöschen. Nudeln tropfnass in die Pfanne geben, mit geriebenem Parmesan bestreuen und alles miteinander verrühren. Eventuell noch etwas Nudelwasser oder Parmesan hinzufügen, damit alles schön sämig ist.

Nadine Hörster