



ALLES DRIN.

\*\*\*\*\*Wochenkarte ab 25. September\*\*\*\*\*

Ab Montag

Möhreneintopf mit Couscous, Feta und Walnüssen

Ab Dienstag

Avocado-Petersilien-Pasta mit angerösteten Walnüssen

Ab Donnerstag

Salsiccia-Flammkuchen mit Ziegenfrischkäse und Rucola

5 mal in Hamburg:

- U Bahn Hoheluftbrücke
- U Bahn Schlump (im Blumenladen)
- Kiosk TipTop (Schulterblatt 16)
- Edeka Böcker, Hafencity
- ZOB Altona (ab. 4.10.)



01577/7707760

hallo@chriskochtuete.de

facebook.com/chriskochtuete oder auf Google (Eine Review wäre toll:)

# Pasta Aglio e Olio Pimped mit Basilikum, Zitrone und angerösteten Pinienkernen

Es ist Feierabend. Glückwunsch:) Jetzt abschalten und entspannt kochen. Deswegen lies dir das Rezept vorab einmal komplett durch. Und leg dir schon mal gutes Olivenöl, Salz, Pfeffer, ein Schneidebrett, ein Messer, eine Pfanne, einen Topf sowie eine Käseibe bereit. So lässt es sich entspannt kochen. Und in ca. 20 min gibt's schon lecker Essen!

**Pasta** in Salzwasser ca. 9 Min kochen. Nicht zu lange. Verkochte Nudeln sind doof. **Knoblauch** schälen und pressen oder gaaaanz klein hacken. **Basilikum** waschen, ebenfalls klein hacken. **Peperoni** waschen, längs halbieren und entkernen (Wer es scharf mag, lässt die Kerne drin bzw. Nimmt nur ein paar. Vorsichtig mit den Fingern. Nicht in die Augen fassen damit). **Parmesan** klein reiben. **Zitrone** halbieren.

In einer großen Pfanne etwas Olivenöl geben (1P: 2 EL/2P: 4 EL) und auf niedriger Flamme ca. 4-5 Min den Knoblauch, die **Pinienkerne** sowie die Peperoni langsam bruzzeln lassen. So gibt der Knoblauch und die Peperoni den Geschmack an das Öl ab. Nicht ungeduldig werden - niedrige Hitze reicht.

Nach 9 Min die Pasta zum Olivenöl geben. Etwas vom Nudelwasser (1P: 40ml/2P: 80ml) dazugeben und alles nochmal eine Minute auf dem Herd durchmischen. Pfanne vom Herd nehmen, den Basilikum, Saft der Zitrone (1P: Paar Spritzer/2P: Eine Hälfte) sowie den Parmesan zu den Nudeln geben, pfeffern und alles nochmal durchmischen. Dann die Nudeln auf einen schönen Teller geben. Versuchen hochzustabeln (Viele Nudeln eindrehen und dann nach oben die Gabel oder die Zange rausziehen). Das war's schon. Du hast lecker Essen gemacht. Und wer das Rezept etwas abändern möchte: Nur zu! Es ist Dein Werk.

Genieß Deinen Feierabend!

Gepackt von

Chris

(10 Unterschriften = Tüte geschenkt:)



Ich würde mich freuen von dir zu hören.  
facebook.com/chriskochtuete wäre toll

Eine Review auf  
oder schreib an [hallo@chriskochtuete.de](mailto:hallo@chriskochtuete.de).

Mal unzufrieden? Dann tut mir das schrecklich leid. Komm zu mir an den Stand und du bekommst dein Geld zurück oder eine aktuelle Tüte kostenlos.