

Grüner Spargel mit Bandnudeln

Zutaten

(4 Portionen)

300g	Bandnudeln
30g	Olivenöl
500g	Grüner Spargel
1 EL	Gemüsebrühe
1 EL	Butter
4-6 EL	Himbeeressig
2 EL	Senf
1-2	Schalotten
7 EL	Spargelbrühe
	Pfeffer
	Zitronensaft und -schale
	Etwas Schnittlauch
	Priese Zucker



Zubereitung:

Bandnudeln nach Packungsanleitung ohne Salz kochen und im Sieb abgießen. Olivenöl in einen Topf geben und die Nudeln darin schwenken und warm halten.

1 Liter Wasser zum kochen bringen und die Gemüsebrühe, Butter, eine Priese Zucker und den Zitronensaft zugeben. Spargel ca. 8 Minuten darin garen. Für die Marinade den Himbeeressig, Senf, Zitronenschale, eine Priese Zucker, kleingeschnittene Schalotten, Pfeffer und Spargelbrühe in einem Topf verrühren. Kurz erwärmen und den fein gehackten Schnittlauch zugeben. Nudeln mit dem Spargel auf einem Teller anrichten und mit der Marinade anrichten.

Nährwertangaben pro Portion:

Kalium:	255 mg = 13 %
Phosphat:	315 mg = 26 %
Energie:	370 kcal
Eiweiß:	14 g
Fett:	7 g
KH:	63 g