

ONE POT PASTA MIT MIESMUSCHELN UND LAUCH

ONE POT PASTA MIT MIESMUSCHELN UND LAUCH

Mögt ihr Muscheln? Ich bin ein großer Fan - besonders Muscheln in Weißweinsauce finde ich großartig, aber die waren in der Schwangerschaft natürlich tabu. Der Wein kocht da definitiv nicht lange genug um den Alkohol „zu verkochen“. Also wird nach Alternativen gesucht und da steht eine leckere One Pot Pasta mit Miesmuscheln und Lauch, Tomaten und Petersilie natürlich ganz weit oben auf der Liste. Das i-Tüpfelchen ist eine gute Portion frisch geriebener Parmesan in der Pasta und schon haben wir ein leckeres Abendessen!



Zutaten für 2 Personen:

500g Miesmuscheln

200g Spaghetti

1/2 Stange Lauch, der helle Anteil

1 Zwiebel

50g Butter

2 Knoblauchzehen

100g Cocktailtomaten

1 Bund Petersilie

Pfeffer & Salz

60g Parmesan

ZUBEREITUNG:

In einem großen Topf das Salzwasser für die Miesmuscheln zum Kochen bringen. Die Muscheln kurz unter fließendem Wasser spülen und offene Exemplare aussortieren. Die Muscheln in das Wasser geben und 4-5 Minuten im geschlossenen Topf kochen. In eine Sieb abgießen und beiseite stellen.

Im selben Topf die Hälfte der Butter schmelzen und die fein gehackte Zwiebel, den klein gewürfelten Knoblauch und die klein geschnittene Lauchstange darin anschwitzen.



Mit 700ml leicht gesalzenem Wasser ablöschen, das Wasser zum Kochen bringen und die Pasta in den Topf geben. Im offenen Topf 12-14 Minuten lang al dente kochen. In dieser Zeit die Miesmuscheln pulen, die Tomaten vierteln und die Petersilie klein hacken.

Alles zusammen für die letzten 3 Minuten zur Pasta geben.



Den Parmesan in die One Pot Pasta mit Miesmuscheln und Lauch reiben und die restliche Butter dazu geben. Alles mit Pfeffer und Salz abschmecken. Dann kann die Pasta auch schon auf die passenden Teller verteilt werden.

Super lecker - lasst es euch schmecken!

