

# Spaghetti alla barba di frate



Leicht



Frühjahr



25 Minuten



Vegan

## Zutaten

**Zutaten für 2 Personen:** 250 g Spaghetti, 1 Bund Mönchsbarthaar, 1 Handvoll Kirschtomaten, 2 mittelgroße Zwiebeln, 1-2 Knoblauchzehen, 4 EL Olivenöl, 3 EL Pinienkerne, 4 EL Parmesankäse gerieben, Salz und Pfeffer

## Zubereitung

1. Die Enden des Mönchsbarthaars abschneiden und diesen anschließend waschen und verlesen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Die Kirschtomaten waschen und halbieren.
2. Die Spaghetti nach Anleitung kochen. In den letzten zwei bis drei Minuten den Mönchsbarthaar mitkochen. Sind die Nudeln und der Mönchsbarthaar gar, das Nudelwasser abgießen und den Topf abdecken.
3. Während die Nudeln kochen, können die Zwiebeln mit reichlich Olivenöl in einer großen Pfanne goldbraun braten. Sobald die Zwiebeln beginnen Farbe anzunehmen, kann der Knoblauch mitgebraten werden. Die Tomatenhälften dazugeben und heiß werden lassen.
4. In einer anderen Pfanne die Pinienkerne ohne Öl anrösten, bis sie eine leicht gebräunte Farbe angenommen haben und einen angenehmen Geruch verströmen.
5. Die Spaghetti mit dem Mönchsbarthaar in die Pfanne zum Zwiebel-Knoblauch-Tomaten-Gemisch geben und dort gut vermengen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Die Pasta auf Tellern anrichten und mit Pinienkernen sowie Parmesankäse bestreuen.

Guten Appetit!