

Pappardelle-Nudeln mit Garnelen und grünem Spargel

Zeit gesamt
25min



Zubereitungszeit
25min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Garnelen gekocht, tiefgefroren	600 g
Bio Limetten	1 St.
grüner Spargel	1 Bund

Salz	
Pappardelle, frisch	500 g

Schalotten	2 St.
Butter	2 EL

Honig	2 TL
Gemüsebrühe	200 ml

Schlagsahne	200 g
Pfeffer, weiß gemahlen	

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, große Pfanne, feine Reibe

1. Garnelen am besten über Nacht im Kühlschrank auftauen lassen. Aufgetaute Garnelen waschen und trocken tupfen. Limette heiß waschen, etwa 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen. Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und schräg in 0,5 mm dicke Scheiben hobeln oder schneiden.
2. In einem großen Topf ca. 5 l Salzwasser zum Kochen bringen und Nudeln ca. 4 Min. bissfest garen. Abgießen und abtropfen lassen.
3. Schalotten halbieren, schälen und würfeln. In einer Pfanne Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Schalotten mit Spargel und Garnelen ca. 3 Min. braten. Mel zugeben und ca. 1 Min. mit anschweitzen. Anschließend mit Honig beträufeln und Brühe und Sahne angießen. Mit Salz, Pfeffer und Limettenschale würzen und ca. 3 Min. köcheln.
4. Sauce mit Limettensaft abschmecken. Nudeln untermischen und Pappardelle-Nudeln mit Garnelen und grünem Spargel auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Statt Spargel passen dazu auch in Scheiben geschnittene Zucchini oder Erbsen.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	716 kcal
Kohlenhydrate	101 g
Eiweiß	43 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	14 g