



Spaghetti mit Tomaten-BBQ-Sauce und krossem Speck

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Knoblauchzehen	1 St.
Schalotten	1 St.
Petersilie, frisch	20 g
Öl	2 EL
Zucker	1 EL
Tomatenmark	4 EL
Balsamicoessig, hell	2 EL
Tomaten, gehackt	600 g
Salz	
Spaghetti	500 g
Bacon	100 g
Butter	1 EL
Paranüsse	4 EL
Barbecuesauce	4 EL
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Parmesan, gerieben	4 EL

Zubereitung

1. Knoblauch schälen und hacken. Schalotte halbieren, schälen und fein würfeln. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und hacken.
2. In einem Topf Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Schalotte und Knoblauch ca. 2 Min. anbraten, mit Zucker bestäuben. Tomatenmark dazugeben und ca. 2 Min. unter gelegentlichem Rühren mitbraten. Mit Balsamicoessig ablöschen und mit gehackten Tomaten auffüllen. Auf mittlerer Stufe ca. 20 Min. köcheln.
3. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. Spaghetti im siedenden Salzwasser ca. 9 Min. bissfest garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
4. Eine Pfanne auf hoher Stufe erhitzen. Bacon darin ca. 2 Min. goldbraun braten. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und in Stücke schneiden. Pfanne mit Butter erneut erhitzen und Paranüsse darin ca. 2 Min. rösten. Leicht abkühlen lassen und hacken.
5. Barbecuesauce zur Tomatensauce geben und abschmecken. Spaghetti im Topf mit der Barbecue-Tomatensauce vermengen. Krossen Speck, Paranüsse und Petersilie zugeben. Auf Teller verteilen und mit Parmesan servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	782 kcal
Kohlenhydrate	114 g
Eiweiß	24 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	27 g