

Rezept: Kräuter-Filets mit Spaghettini, Spargel und Tomaten



Foto: Friesenkrone

Zutaten für 10 Personen: 10 Friesenkrone Kräuter-Filets, 750 g Spaghettini, Salz, 10 Knoblauchzehen, 5 rote Chilischoten, 30 Stangen grüner Spargel, 40 Kirschtomaten, 200 ml Olivenöl, Muskatnuss, gerieben, 100 g Brunnenkresse

Zubereitung: Spaghettini in kochendem Salzwasser garen. Abgießen. Kräuter-Filets auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und schräg in Stücke schneiden. Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Chili waschen, der Länge nach halbieren und Kerne ent-

fernen. Das Fruchtfleisch fein schneiden. Den Spargel waschen und dann holzige Enden abschneiden. Spargelstangen halbieren. Die Kirschtomaten waschen, vom Grün befreien und halbieren. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch, Chili und Spargel darin rundherum ca. 3 Minuten braten. Tomaten und Spaghettini unterheben, mit Salz und Muskat abschmecken. Brunnenkresse waschen, trocken schütteln und zupfen. Spaghettini mit Matjes, Spargel und Kirschtomaten anrichten und mit Kresse garnieren.

Catering Management
Ausgabe 3/19
S.9