



Emmas Avocado-Spaghetti mit Zitronen-Gremolata

Wie sich Avocados, Kapern und Zitronen wunderbar mit Pasta kombinieren lassen, weiss Spitzenköchin Tanja Grandits. Die Idee dafür stammt von ihrer Tochter Emma.

Die Zeit nach der Schule verbringt Tanja Grandits Tochter Emma sehr viel lieber auf dem Pferd als in der Küche. Aber als sie einmal mit ihrer Mutter an einem Sonntagabend vor dem halbleeren Kühlschrank stand und sie sich Gedanken übers Abendessen machten, schlug Emma vor, Avocados, Kapern und Zitronen mit Pasta zu kombinieren. Seither kommen diese Spaghetti regelmässig auf den Tisch.

Zutaten

Avocado-Salsa

- 2 Avocado, fein gewürfelt
- 1 unbehandelte Zitrone, abgeriebene Schale, Saft
- 4 EL Kapern
- 5 EL Olivenöl
- 4 EL glatte Petersilie, fein geschnitten
- Fleur de Sel schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Gremolata

- 3 EL Olivenöl
- 5 EL Panko (japanisches Paniermehl)
- 1 unbehandelte Zitrone, abgeriebene Schale, 1 EL Saft
- 5 EL glatte Petersilie, fein geschnitten
- Fleur de Sel
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

500g Spaghetti

Salz

Zubereitung

1. Alle Zutaten für die Salsa in einer Schüssel mischen und abschmecken.
2. Für die Gremolata das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Panko-Paniermehl unter ständigem Rühren goldbraun braten. In eine Schale geben, mit den restlichen Zutaten mischen.
3. Die Spaghetti in reichlich stark gesalzenem Wasser bissfest kochen. Abgiessen und mit der Avocado-Salsa mischen. Die Gremolata auf die Spaghetti geben.

Aus dem Buch: «Tanja Vegetarisch» AT Verlag
Quelle: <https://zeitlupe.ch/panorama/essen-trinken/>