



Montag		7	14	21	28
Dienstag	1	8	15	22	29
Mittwoch	2	9	16	23	30
Donnerstag	3	10	17	24	
Freitag	4	11	18	25	
Samstag	5	12	19	26	
Sonntag	6	13	20	27	

Pikante Bärlauch-Nudel-Pfanne

Zutaten:

60 dkg Bandnudeln
2 fein geschnittene Zwiebeln
25dkg Champignons
(blättrig geschnitten)
Je ½ roter und grüner Paprika
(entkernt, in Streifen geschn.)
Frisches Basilikum
Petersilie,
Salz, Pfeffer

Sauce:

1 Karotte fein gerieben
10 dkg Butter
10 dkg Mehl
¼ L Milch
1/l Gemüsebouillon
1/8 l Weißwein
Salz, Pfeffer
Gehackter Bärlauch
Etwas Kresse
Bärlauch zum Garnieren



Zubereitung:

Nudeln in Salzwasser kochen, dann in heißer Butter schwenken. Zwiebeln in Öl goldbraun rösten, Pilze und Paprika begeben, durchrösten, Basilikum und Petersilie zufügen. Das Ganze salzen, pfeffern, kurz durchschwenken, unter die Nudeln heben. Für die Sauce die Karotte in Butter anschwitzen, das Mehl einstreuen, kurz anrösten. Die Einbrenn mit Milch, Bouillon und Wein aufgießen, würzen und die Kräuter untermischen. Nach kurzem Aufkochen die Sauce über die Nudeln geben, mit Bärlauch garnieren.