



Genuss-Rezept

Super-Spaghetti mit Kräutern und Geflügel-Lyoner

Zutaten für 4 Personen

300 g	Gutfried Junior Geflügel-Lyoner
200 g	Dinkel-Spaghetti
2 Bund	frische Blattpetersilie
1 Bund	Schnittlauch
5 EL	Kürbiskernöl
5 EL	Olivenöl
80 g	Kürbiskerne
1 TL	Zitronensaft und Abrieb von der Schale
2 EL	Orangensaft
1 EL	Rapsöl
etwas	Meersalz und schwarzer Pfeffer



Zubereitung

Die Spaghetti in Salzwasser bissfest kochen und in ein Sieb abgießen. Kräuter zusammen mit dem Kürbiskernöl, Olivenöl, Orangen- und Zitronensaft in der Küchenmaschine mixen.

Geflügel-Lyoner in schmale Streifen schneiden.

Die Spaghetti in Öl anbraten, mit den Kräutern mischen und weitere Minuten braten. Die Geflügel-Lyoner hinzugeben, mit Salz und Pfeffer würzen, Spaghetti mit dem Abrieb der Zitrone und den ganzen Kürbiskernen dekorieren.

Mit den restlichen Schnittlauchröllchen bestreuen und servieren.