



# Tagliatelle-Nudeln mit Garnelen und Oliven-Tapenade



Zeit gesamt  
🕒 25min

Zubereitungszeit  
🍲 25min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

Garnelen roh, tiefgefroren	450 g
Salz	
Frühlingszwiebeln	1 Bund
Oliven, grün	200 g
Knoblauchzehen	2 St.
Thymian, frisch	5 g
Olivenöl	3 EL
Pfeffer, schwarz	
Tagliatelle, frisch	500 g
Öl	2 EL
Weißwein, trocken	150 ml

## Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, großer Topf, große Pfanne, Sieb, Küchenkrepp, Tasse

1. Garnelen am besten über Nacht im Kühlschrank auftauen. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. Garnelen waschen und trocken tupfen. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln, Wurzelenden entfernen und weiße und grüne Teile getrennt voneinander in feine Ringe schneiden. Oliven abtropfen lassen und fein hacken. Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen abstreifen.
2. In einer Schüssel Oliven mit der Hälfte des Thymians, Olivenöl und Pfeffer vermengen und abschmecken.
3. Nudeln im siedenden Salzwasser ca. 5 Min. aufkochen und in ein Sieb abgießen. Dabei etwa ein Tasse Nudel-Kochwasser auffangen.
4. In einer Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Garnelen mit Knoblauch, weißen Frühlingszwiebeln und restlichem Thymian ca. 3 Min. anbraten. Salzen, pfeffern und mit Weißwein ablöschen, ca. 1 Min. aufkochen und Nudelkochwasser zugeben.
5. Grüne Frühlingszwiebeln und Pasta zur Soße geben. Oliven-Tapenade untermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tagliatelle-Nudeln mit Garnelen und Oliven-Tapenade auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Du magst lieber die schwarzen Oliven? Sie passen auch ausgezeichnet zu Nudeln.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	715 kcal
Kohlenhydrate	98 g
Eiweiß	30 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	19 g