

# Bärenstark gekocht



## Regenbogen-Spaghetti (4 Portionen)

### Zutaten

200g Spaghetti  
2 EL Butter  
2 EL geriebenen Parmesan

Wasserlösliche  
Lebensmittelfarbe  
Blau, Gelb, Rot,  
Grün und Orange

### Zubereitung

1. Spaghetti in einem großen Topf mit Salzwasser bissfest kochen
2. In der Zwischenzeit Gefrierbeutel mit jeweils 20 Tropfen Lebensmittelfarbe und 2 EL warmen Wasser füllen (jede Farbe ein eigener Beutel)
3. Die kurz abgeschreckten Spaghetti dann für wenige Minuten in die Beutel geben, gut durchschütteln, so dass sie die jeweilige Farbe annehmen
4. Nudeln in ein Sieb geben um überschüssige Farben abzubrausen (falls notwendig)
5. Butter in einer Pfanne zerlassen, die Nudeln hinzufügen, durchschwenken, den geriebenen Parmesan unterheben und gleich servieren

TIPP: Die bunte Pasta kann man auch gut als Grundlage für einen bunten Nudelsalat verwenden

Gutes Gelingen wünscht 40 SECONDS Kids  
Gesundes Schulessen für Berlin



Eine Initiative von:



Mehr Rezepte unter:  
[www.40seconds.de/kids/rezpte](http://www.40seconds.de/kids/rezpte)  
[www.radioteddy.de/40seconds](http://www.radioteddy.de/40seconds)