



Barba di Frati ...

März 2012

... Oder was sonst noch im Frühling spriesst...

Zutaten: für 2 Schwestern und 2 Brüder

400 g Barba di Frati

400 g Gnocchetti sardi

4 Knoblauchzehen, in feinen Scheiben

Salz, Pfeffer

Zitrone

Olivenöl extra vergine

Parmesan, frisch gerieben

Zubereitung

... Barba di Frati rüsten und gut waschen ... Den Knoblauch im Olivenöl anziehen ... Barba di Frati zugeben und langsam dünsten und mit Salz, Pfeffer und wenig Zitronensaft abschmecken ... Die al dente gegarteten Gnocchetti sardi begeben und vorsichtig mischen ...

Tipps:

... Heissen Sie Ihre Gäste mit einem Bart oder mindestens mit einem Schnauz willkommen ... Melden Sie sich für die Bart Weltmeisterschaft an (NEIN, dies hat nichts mit Bart Simpson zu tun!) ... Ganz nach dem Motto: Besser einen Bart als Haare auf den Zähnen ... Servieren Sie die Pasta mit einem „Ora et Labora“ und gehen Sie in Klausur ... Trinken Sie zur Verdauung einen Klosterfrau Melissengeist ... Gehen Sie am Schluss in sich und werden sie selig dabei ... Wünschen Sie weitere Bart-Trends oder einen accappella Chor (vielleicht kann auch Heidi weiterhelfen), wenden Sie sich an folgende Adresse: info@koifischer.ch

Links

www.youtube.com/watch?v=E_gF0VR1kGU&feature=related

www.youtube.com/watch?v=HtWBRchhTUY&feature=related

www.youtube.com/watch?v=hI5XLWUt-sY&feature=related

www.youtube.com/watch?v=fAFol_7vyaI

www.youtube.com/watch?v=-MXZOSvgW64&feature=related

www.youtube.com/watch?v=5c3dPPAmShk&feature=fvwrel

www.youtube.com/watch?v=j_kZwOk4Eg

www.youtube.com/watch?v=ed3M4A6__KE

www.youtube.com/watch?v=14LcvpXmb74&feature=related

www.youtube.com/watch?v=l8ncoBPvCFk

HOTLINE: info@koifischer.ch

