

MARLEY SPOON



Pasta mit Kaiserschoten und Zucchini

mit veganem Spinatpesto und Walnüssen



ca. 25min



2 personen

Heute gibt's was auf die Ohren. Beziehungsweise auf die Geschmacksknospen. Naja, ist ja auch egal - bei all den Aaahs und Ooohs, die dein Abendessen lautmalerisch begleiten werden ... Die Pasta nämlich läuft mit gebratener Zucchini, Kaiserschoten und einem leckeren Pesto aus Spinat und Walnüssen zur Höchstform auf!

Wat je van ons krijgt

- 250g casarecce ¹
- 1 teen knoflook
- 50g babyspinazie
- 25g walnoten ¹⁵
- 75g Willicroft vegan geraspte topping
- 1 courgette
- 1x peultjes

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- 15ml olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- staafmixer met beker
- maatbeker
- zeef of vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 660kcal, vet 18.0g, koolhydraten 104.8g, eiwit 19.2g



1. Pesto zubereiten

In een middelgrooten Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Den **Knoblauch** schälen, grob würfeln und mit dem **Spinat**, den **Walnüssen**, dem **Reibe-Topping** und **60ml Kochwasser** in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer cremig pürieren. **Tipp:** Das **Pesto** wird durch längeres Pürieren flüssiger und glatter.



4. Kaiserschoten blanchieren

Die **Kaiserschoten** quer halbieren und in ein Sieb geben. Die **Pasta** auf die **Kaiserschoten** in das Sieb abgießen und abtropfen lassen.



2. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 8-9Min. bissfest kochen.



5. Pasta vermengen

Die **Pasta** mit den **Kaiserschoten** und dem **Pesto** zu den **Zucchini** in die Pfanne geben, alles vermengen und 1-2Min. erwärmen.



3. Zucchini braten

Inzwischen die **Zucchini** längs halbieren und in ca. 0,5cm dicke Scheiben schneiden. Die **Zucchini** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 5-6Min. goldbraun braten, dann mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen.



6. Anrichten und servieren

Die **Pasta** mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann auf tiefe Teller oder Schalen verteilen und servieren.