



# Frühlingspasta mit Spargel

Zeit gesamt  
30min

Zubereitungszeit  
30min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

|                              |          |
|------------------------------|----------|
| weißer Spargel, tiefgefroren | 500 g    |
| Zwiebeln, gelb               | 1 St.    |
| Blattspinat                  | 100 g    |
| Radieschen                   | 0.5 Bund |
| Zitronen                     | 1 St.    |
| Butter                       | 2 EL     |
| Weizenmehl, Type 405         | 2 EL     |
| Weißwein, trocken            | 150 ml   |
| Gemüsebrühe                  | 200 ml   |
| Schlagsahne                  | 200 ml   |
| Erbsen, tiefgefroren         | 150 g    |
| Salz                         |          |
| Pfeffer, schwarz gemahlen    |          |
| Muskatnuss, gemahlen         |          |
| Tagliatelle, frisch          | 800 g    |

## Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, großer Topf mit Deckel, Sieb

1. Spargel am besten über Nacht im Kühlschrank auftauen lassen. Aufgetauten Spargel leicht schräg in Scheiben schneiden. Zwiebel halbieren, schälen und in Würfel schneiden. Spinat waschen und abtropfen lassen. Radieschen waschen, Blätter und Wurzel entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Zitrone halbieren und Saft auspressen.
2. In einem Topf Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Zwiebel darin ca. 3 Min. farblos anbraten. Mehl zugeben und ca. 1 Min. einrühren. Unter ständigem Rühren mit Weißwein und Brühe ablöschen und mit Sahne auffüllen. Sauce aufkochen.
3. Spargel und Erbsen zur Sauce geben und auf mittlerer Stufe ca. 5 Min. köcheln. Spinat zugeben und ca. 2 Min. zusammenfallen lassen. Sauce mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Zitronensaft abschmecken.
4. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser zum Kochen bringen. Pasta im siedenden Salzwasser ca. 4 Min. bissfest garen.
5. Pasta in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen und auf Teller anrichten. Sauce über die Pasta geben und Frühlingspasta mit Radieschenscheiben garniert servieren.

Guten Appetit!

# Nährwerte (pro Portion)

|                |          |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 958 kcal |
| Kohlenhydrate  | 166 g    |
| Eiweiß         | 32 g     |
| Ballaststoffe  | 2 g      |
| Fette          | 14 g     |