



Nudeln mit Porree und Walnusspesto

Zeit gesamt
20min



Zubereitungszeit
20min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
Lauch	1 St.
Spaghetti	500 g
Walnusskerne	100 g
Parmesan, gerieben	70 g
Olivenöl	6 EL
Pfeffer, schwarz gemahlen	

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, großer Topf, Sieb

1. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. Porree waschen, Wurzelende entfernen, längs halbieren, quer jeweils vierteln und in feine Streifen schneiden. Porreestreifen in einem Sieb waschen und abtropfen lassen.
2. Spaghetti im kochenden Salzwasser ca. 10 Min. bissfest garen. Porree nach ca. 5 Min. zu der Pasta in den Topf geben und mitgaren.
3. Walnüsse sehr fein hacken oder mörsern und mit Parmesan und Olivenöl vermengen. Etwas Kochwasser abschöpfen und ebenfalls mit Walnüssen vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Eine Tasse Kochwasser abschöpfen und Spaghetti mit Porree in das Sieb abgießen. Zurück in den Topf geben und mit Walnusspesto vermengen. Falls notwendig zum Auflockern 1 bis 2 EL Kochwasser unterheben. Auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	802 kcal
Kohlenhydrate	106 g
Eiweiß	27 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	31 g