



Pasta mit grünem Spargel

Zeit gesamt
30minZubereitungszeit
30minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|---------------------------|--------|
| grüner Spargel | 2 Bund |
| Zwiebeln, gelb | 1 St. |
| Basilikum, frisch | 10 g |
| Zitronen | 1 St. |
| Cashewkerne | 200 g |
| Wasser | 400 ml |
| Öl | 2 EL |
| Erbsen, tiefgefroren | 200 g |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz gemahlen | |
| Tagliatelle, frisch | 500 g |

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, großer Topf mit Deckel, große Pfanne, Sieb, feine Reibe, SILVERCREST Stabmixer/ Pürierstab

1. Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und holzige Enden abbrechen. Spargel mithilfe eines Sparschälers in feine Streifen schälen. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und grob zerzupfen. Zitrone heiß waschen und ca. 1 TL Schale abreiben.
2. In einer großen Pfanne Cashewkerne auf mittlerer Stufe unter Schwenken ca. 4 Min. rösten. In einem hohen Gefäß geröstete Cashewkerne und Wasser mithilfe eines Pürierstabs fein pürieren. In der Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Zwiebel darin ca. 2 Min. dünsten. Cashewkernsauce und Erbsen dazugeben und ca. 4 Min. köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser zugedeckt aufkochen. Tagliatelle im kochenden Salzwasser ca. 4 Min. bissfest garen. Anschließend Tagliatelle in ein Sieb abgießen.
4. Tagliatelle und Spargelstreifen mit in die Pfanne geben, gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tagliatelle mit grünem Spargel auf Tellern anrichten und mit frischem Basilikum und Zitronenschale servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 843 kcal |
| Kohlenhydrate | 121 g |
| Eiweiß | 27 g |
| Ballaststoffe | 4 g |
| Fette | 30 g |