

Vegane Pasta mit Pfifferlingen und Erbsen

Zeit gesamt 30min



Zubereitungszeit 30min





Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
Spaghetti	500 g
Pfifferlinge	400 g
Schalotten	2 St.
Knoblauchzehen	2 St.
Margarine, vegan	2 EL
Weizenmehl, Type 405	1 EL
Weißwein, trocken	200 ml
Erbsen, tiefgefroren	100 g
Vemondo Vegane Creme	150 g
Zucker	
Pfeffer, schwarz gemahle	n
Petersilie, frisch	15 g

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, große Pfanne

- 1. In einem Topf 5 I Salzwasser zum Kochen bringen. Spaghetti darin ca. 8 Min. bissfest garen. Pfifferlinge gründlich waschen und in ca. 2 cm große Stücke zupfen. Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken.
- 2. In einer Pfanne Margarine auf mittlerer Stufe schmelzen und Schalotten, Knoblauch und Pfifferlinge darin ca. 3 Min. anschwitzen. Anschließend mit Mehl bestäuben, verrühren und mit Weißwein ablöschen. Erbsen zugeben, gut verrühren und ca. 3 Min. köcheln lassen. Auf kleine Stufe stellen und vegane Creme unterrühren. Spaghetti und ca. 150 ml Pastawasser zugeben und vermischen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzig abschmecken.
- 3. Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Pfifferling-Pasta auf tiefe Teller verteilen und mit Petersilie garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	717 kcal
Kohlenhydrate	107 g
Eiweiß	20 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	19 g