



Grüne Pasta mit Erbsenpesto

Zeit gesamt
🕒 25min

Zubereitungszeit
🕒 25min

Schwierigkeit
👩‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Bio Zitronen	1 St.
Basilikum, frisch	20 g
Veganer Hirtengenuss	150 g
Olivenöl	1 EL
Salz	
Spaghetti	500 g
Haselnusskerne, ganz	4 EL
Zucker	1 TL
Erbsen, tiefgefroren	400 g
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, großer Topf, große Pfanne, Sieb, Pürrierstab

1. Zwiebel halbieren, schälen und grob würfeln. Zitrone heiß waschen, etwa 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Etwa 1/4 davon grob hacken. Veganen Hirtengenuss halbieren und eine Hälfte mit den Händen grob zerkrümeln. In einer Schüssel mit gehacktem Basilikum, etwas Zitronenschale und 1 EL Olivenöl vermengen.
2. In einem Topf 5 l Salzwasser aufkochen. Spaghetti im siedenden Salzwasser ca. 9 Min. bissfest garen. Anschließend in ein Sieb abgießen und etwa 150 ml Kochwasser auffangen.
3. Eine Pfanne auf hoher Stufe erhitzen und Haselnüsse ca. 2 Min goldbraun rösten. Mit 1 TL Zucker bestreuen und ca. 1 Min. leicht karamellisieren. Haselnüsse salzen, abkühlen lassen und grob hacken.
4. Pfanne erneut mit 1 EL Olivenöl auf hoher Stufe erhitzen. Zwiebeln ca. 1 Min. anbraten. Gefrorene Erbsen zugeben und nochmals ca. 1 Min. schwenken. Mit 150 ml Kochwasser ablöschen und ca. 2 Min. köcheln lassen. Alles, samt Flüssigkeit in ein hohes Gefäß geben. Zitronenschale, 4 EL Zitronensaft, Basilikumblätter und übrigen Hirtengenuss zugeben. Zusammen fein pürieren, ggf. mehr Kochwasser zugeben bis die Pesto cremig ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Heiße Spaghetti im Topf mit Erbsenpesto vermengen. Grüne Pasta auf Tellern anrichten und mit Basilikum-Topping und Haselnüsse bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	727 kcal
Kohlenhydrate	113 g
Eiweiß	22 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	20 g