



Vegane Pasta mit Pfifferlingen und Erbsen

Zeit gesamt
🕒 30min

Zubereitungszeit
🍲 30min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



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

Petersilie, frisch 15 g

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, große Pfanne

1. In einem Topf 5 l 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