



Vegane Spaghetti „Cacio e pepe“



Zeit gesamt
🕒 20min

Zubereitungszeit
🍲 15min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
Spaghetti	500 g
Margarine, vegan	1 EL
Pfeffer, schwarz	1 TL
Vemondo Reibegenuss	150 g
Sojaghurt	200 g

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, großer Topf, große Pfanne

1. In einem Topf etwa 5 l Salzwasser zum Kochen bringen. Spaghetti darin ca. 9 Min. leicht bissfest kochen, gelegentlich umrühren.
2. In einer Pfanne Margarine bei mittlerer Stufe erhitzen. Pfeffer dazugeben und ca. 3 Min. anschwitzen. Spaghetti aus dem Topf tropfnass in die Pfanne schöpfen. Vemondo Reibegenuss und Sojaghurt dazugeben und gründlich verrühren. Mit Salz abschmecken.
3. Spaghetti auf tiefen Tellern anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: "Cacio e pepe" ist das Lieblings-Pastagericht in Rom und wurde angeblich von Viehirten erfunden, die immer Käse, Pfeffer und Spaghetti dabei hatten. Geht aber auch vegan!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	603 kcal
Kohlenhydrate	99 g
Eiweiß	18 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	15 g