

Spaghetti mit Avocado-Pesto

Vollkornnudeln mit einem schnellem Gemüsepesto.

etwa 4 Portionen    gelingt leicht  bis 20 Minuten



Zutaten:

Avocado-Pesto:

20 g Pinienkerne
75 g getrocknete Tomaten in Öl
300 g reife Avocado
10 Basilikumbblätter
2 EL Olivenöl
2 EL Limettensaft
150 g Dr. Oetker Creme VEGA
frisch gemahlener Pfeffer
Salz

Zutaten:

400 g Vollkorn-Spaghetti

1 Vorbereiten:

Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und auf einem Teller erkalten lassen. Tomaten abtropfen lassen. Avocado längs halbieren, Kern entfernen, Fruchtfleisch herauslöffeln. Tomaten in Streifen schneiden.

2 Avocado-Pesto zubereiten:

Avocado mit Pinienkernen, Tomaten, Basilikum, Öl und Limettensaft pürieren. Creme VEGA unterrühren und mit Pfeffer und etwas Salz abschmecken.

3 Zubereiten:

Nudeln nach Packungsanleitung in Salzwasser kochen und mit dem Avocado-Pesto servieren.

Tipps aus der Versuchsküche

- Wenn Ihnen das Pesto zu fest ist, rühren Sie es mit etwas Nudel-Kochwasser cremiger.
- Nach Wunsch mit gerösteten Pinienkernen und frischem Basilikum servieren.