

Rezept

Frühlingspasta mit Grissini-Chili-Topping

Ein Rezept von Frühlingspasta mit Grissini-Chili-Topping, am 14.04.2026

Zutaten

3 Grissini (à ca. 7 g; ersatzweise 3 EL Semmelbrösel)	4 EL Olivenöl
½ Bio-Limette	1 kleine getrocknete Chilischote
1 Bund Frühlingszwiebeln	1 Knoblauchzehe
1 Handvoll Baby-Blattspinat	150 g Zuckerschoten
200 g Linguine	Salz
1 EL Cashew-Mus (ersatzweise anderes Nussmus)	50 ml gut gewürzte Gemüsebrühe
Pfeffer	150 ml Pflanzensahne (z. B. Hafer cuisine)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 805 kcal, 37 g F, 19 g EW, 95 g KH

Zubereitung

1. Grissini grob zerbröseln. 1 ½ EL Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen. Die Grissini-Brösel darin unter Rühren in ca. 1 Min. goldbraun rösten, dann in ein Schälchen geben. Chili von Stiel und Kernen befreien und im Mörser fein zerstoßen. Die Limettenhälfte heiß waschen und abtrocknen. Die Schale fein abreiben und mit der Hälfte der Chili und den Grissini-Bröseln mischen. Die Limette auspressen.
2. Für die Pasta reichlich Wasser aufkochen. Inzwischen den Knoblauch schälen und hacken. Die Frühlingszwiebeln putzen und waschen. Weiße und hellgrüne Teile schräg in feine Ringe schneiden. Schöne dunkelgrüne Teile fein hacken und zur Grissini-Mischung geben. Die Zuckerschoten waschen, falls nötig, entfädeln und schräg halbieren. Spinat waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Wenn das Wasser kocht, 1 EL Salz dazugeben und die Linguine im sprudelnd kochenden Salzwasser nach Packungsangabe bissfest garen.
3. Parallel dazu die restlichen 2 ½ EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch und Frühlingszwiebelringe darin ca. 3 Min. bei mittlerer Hitze andünsten. Gemüsebrühe, 2 EL Limettensaft, restliche zerstoßene Chili und Cashew mus verrühren. Frühlingszwiebel-Knoblauch-Mischung damit ablöschen. Die Sahne angießen und aufkochen. Die Zuckerschoten 2-3 Min. offen mitköcheln lassen. Eventuell noch etwas Nudelkochwasser untermischen. Sauce mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.
4. Linguine in ein Sieb abgießen, sofort in der Pfanne mit Sauce und Spinat mischen und auf zwei Teller verteilen. Mit der Grissini-Chili-Mischung bestreuen.