

Rezept

Pasta mit Avocadopesto

Ein Rezept von Pasta mit Avocadopesto, am 25.04.2024

Zutaten

400 g Spaghetti	Salz
2 EL Pinienkerne	500 g bunte Kirschtomaten (gelb, rot)
1 Knoblauchzehe	100 g Parmesan (am Stück)
1 Bund Basilikum	2 Avocados
2 EL Zitronensaft	4 EL Olivenöl
Pfeffer	1 TL Chiliflocken

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 805 kcal, 44 g F, 24 g EW, 78 g KH

Zubereitung

1. Die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun anrösten, herausnehmen und auf einem Teller abkühlen lassen.
2. Die Tomaten waschen und vierteln. Knoblauch schälen und grob hacken. 50 g Parmesan in Späne hobeln, den Rest fein reiben. Basilikum waschen, trocken tupfen, Blätter abzupfen, einige Blätter beiseitelegen. Avocados halbieren, Kerne und Schalen entfernen. 2 Hälften würfeln und mit 1 EL Zitronensaft beträufeln, 2 Hälften mit Knoblauch, geriebenem Parmesan, Basilikum, Öl und übrigem Zitronensaft zu einem Pesto pürieren, salzen und pfeffern.
3. Die Nudeln mit Tomaten, Avocadowürfeln und Pinienkernen mischen. Mit dem Pesto auf Teller verteilen und mit Chiliflocken, Parmesanspänen und beiseitegelegtem Basilikum bestreuen.