

Rezept

Penne-Spargel-Gratin

Ein Rezept von Penne-Spargel-Gratin, am 18.12.2025

Zutaten

250 g	Penne-Nudeln		Salz
400 g	weißer Spargel	400 g	grüner Spargel
3	Frühlingszwiebeln	2 EL	Bärlauchpesto (Glas)
100 ml	Sojacreme (Supermarkt)	1	Knoblauchzehe
150 g	Parmesan	1 TL	Olivenöl
	Pfeffer		Butter für die Form

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 655 kcal

Zubereitung

1. Die Penne in kochendem Salzwasser in ca. 10 Min. bissfest kochen, dann in ein Sieb abgießen. Den weißen Spargel schälen, das untere Ende abschneiden. Den grünen Spargel waschen und putzen. Die Spargelstangen schräg in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Salzwasser aufkochen lassen, Spargel zugeben und zugedeckt ca. 2 Min. dünsten, dann herausnehmen. Bärlauchpesto mit der Sojacreme verrühren.
2. Backofen auf 190° vorheizen. Die Form mit Butter einfetten. Knoblauch schälen. Den Käse reiben. Öl erhitzen, Frühlingszwiebeln darin andünsten, den Knoblauch dazupressen. Penne, Spargel, Sojacreme und 80 g Käse zugeben und untermischen, salzen und pfeffern. Die Mischung in die Form füllen und mit dem übrigen Käse bestreuen. Im Ofen (Mitte, Umluft 170°) ca. 25 Min. überbacken.