

Rezept

Spaghetti mit Nuss-Sauce

Ein Rezept von Spaghetti mit Nuss-Sauce, am 09.05.2024

Zutaten

2	Zwiebeln	2	Knoblauchzehen
1 EL	Öl	100 g	gemahlene Haselnüsse
150 ml	Orangensaft	250 ml	Milch
3 TL	gekörnte Brühe	400 g	Vollkornspaghetti
	Salz	200 g	Crème fraîche
	Pfeffer		Minzeblättchen oder Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 780 kcal

Zubereitung

1. Zwiebeln schälen und fein hacken. Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. Gleichzeitig mit dem Öl in die Pfanne geben, bei mittlerer Hitze in 8-9 Min. glasig schmoren.
2. Nüsse dazugeben, unter Rühren 1-2 Min. leicht anrösten, mit Orangensaft ablöschen. Milch und Brühe dazugeben, leise köchelnd eindicken lassen.
3. Inzwischen die Spaghetti nach Packungsanweisung in Salzwasser bissfest kochen.
4. Crème fraîche in die Orangensauce einrühren, salzen und kräftig pfeffern. Sauce auf den Spaghetti verteilen, mit Minze oder Petersilie dekorieren.