

Rezept

Vegane Kürbispasta mit Rucola-Cranberry-Pesto

Ein Rezept von GU, am 18.03.2014

☆☆☆☆☆ (0) **0** Kommentare



Zutaten

80 g geröstete Macadamianusskerne	60 g getrocknete Cranberrys
50 g Rucola	40 g Apfelchips
3 Knoblauchzehen	1 Bio-Zitrone
ca. 100 ml neutrales Pflanzenöl	Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	3-4 TL Agavendicksaft
600 g Hokkaidokürbis	400 g Spaghetti

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 865 kcal

Zubereitung

1. Für das Pesto die Nüsse und die Cranberrys grob hacken. Den Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. Grobe Stiele entfernen und die Blätter mittelfein hacken. Die Apfelchips zerbröckeln. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Zitrone heiß waschen und trocken reiben, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen.

2. Nüsse, Cranberrys, Rucola, Apfelchips, Knoblauch, Zitronenschale und 2 EL Zitronensaft vermischen. 80 ml Öl unterrühren und das Pesto mit Salz, Pfeffer, 1-2 TL Agavendicksaft und wenig Zitronensaft abschmecken.

3. Den Kürbis waschen, putzen, den Stiel- und Blütenansatz entfernen. Den Kürbis halbieren, das faserige Innere mit den Kernen herausschaben und das Fruchtfleisch ca. 1 cm groß würfeln. Die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen.

4. Inzwischen den Kürbis in 2 EL Öl bei mittlerer Hitze 5-7 Min. anbraten, bis er knapp gar ist. 2 TL Agavendicksaft dazugeben und leicht karamellisieren. Alles mit 2 EL Zitronensaft ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen.

5. Die Nudeln in ein Sieb abgießen und wieder zurück in den Topf geben. Mit dem Pesto mischen und auf Pastateller verteilen. Die Kürbiswürfel darüberstreuen und die Pasta servieren.