

Sybille Schönberger
Pasta mit Spargel-Zitronen-Pesto

Montag, 8. Juni 2020
Rezept für 4 Personen

Dauer: 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad: leicht
Feine Küche, Pasta, Schnelle Küche

Zutaten:

Für das Pesto und die Pasta:

200 g	grüner Spargel
etwas	Salz
50 g	Pinienkerne
1	Knoblauchzehe
1/2	Bio-Zitrone
1 Stängel	Zitronen-Thymian
1 Stängel	Basilikum
1 Stängel	glatte Petersilie
1/4 Bund	Schnittlauch
150 ml	Sonnenblumenöl
50 g	Parmesankäse
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
400 g	große Muschelnudeln (Conchiglioni)

Für die Ziegenkäsetaler:

2 Zweige	Rosmarin
8	Ziegenkäsetaler à 20 g
etwas	Pfeffer aus der Mühle
4 TL	Honig

außerdem nach Belieben:

einige Kapuzinerkresse-Blüten
(unbehandelt) zum Garnieren



Zubereitung:

1. Den grünen Spargel abrausen, abtropfen lassen und nur im unteren Drittel schälen. Die eventuell holzigen oder angetrockneten Enden abschneiden.
2. Den Spargel in Salzwasser ca. 3 Minuten mit noch leichtem Biss garen. Abgießen und in eisgekühltem Wasser abschrecken und komplett auskühlen lassen.
3. Währenddessen Pinienkerne in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett rösten. Auf einen Teller geben und auskühlen lassen.
4. Knoblauchzehe abziehen und würfeln.
5. Zitrone heiß waschen, trockenreiben und die Schale fein abreiben. Die Zitronenhälfte auspressen.
6. Kräuter abrausen, trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. Blättchen und Schnittlauch grob schneiden.
7. Den Spargel abtropfen lassen, in Stücke schneiden und gründlich trocken tupfen.

8. Spargel, Pinienkerne, Knoblauch, Zitronensaft und -schale und die Kräuter in einen Mixer geben. Fein pürieren, dabei das Öl nach und nach untermixen.
9. Parmesan fein reiben und unter das Pesto rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
10. Währenddessen für die Nudeln reichlich Salzwasser in einem großen Topf aufkochen.
11. Die Nudeln zugeben und nach Packungsanleitung unter gelegentlichem Durchrühren mit noch leichtem Biss garen.

12. Den Backofen auf 80 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Rosmarin abbrausen und die Zweige halbieren. Ziegenkäsetaler in eine Auflaufform legen, pfeffern und mit Honig beträufeln. Anschließend Rosmarinzweige auflegen und für 5 Minuten in den warmen Ofen schieben.
13. Die Nudeln abgießen und gut abtropfen lassen, dabei etwas Nudelkochwasser auffangen.
14. Nudeln, etwas Kochwasser und reichlich Pesto in den heißen Kochtopf zurückgeben und durchschwenken.
15. Pesto-Nudeln auf vorgewärmten Tellern verteilen, die Käsetaler darauf anrichten. Nach Belieben mit Blüten von der Kapuzinerkresse garniert servieren.

Extra-Tipp:

Vom Pesto ist noch etwas übriggeblieben? Einfach das Pesto in ein Glas füllen, mit etwas Öl bedecken und verschließen. So hält sich das Pesto im Kühlschrank ca. 1 Woche frisch.

Nährwert: Pro Portion: 945 kcal / 3950 kJ
84 g Kohlenhydrate, 27 g Eiweiß, 56 g Fett