

heute gibt es...

Pasta mit Roter Bete



Zutaten: (für 3 Portionen)

- 300g Pasta
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Walnusskerne
- 2 EL Olivenöl
- 200g Rote Bete (vorgegart, vakuumverpackt)
- 5 Blätter frischer Basilikum
- Salz

Zubereitung:

1. In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Nudeln darin al dente garen. Währenddessen die Soße zubereiten.
2. Die Knoblauchzehe schälen und mit der Handfläche zusammendrücken. Zusammen mit einem Esslöffel Öl und den grob gehackten Nüssen in einem Topf geben und 1 Minute lang bei mittlerer Hitze anbraten..
3. Parallel dazu die Rote Bete würfeln, mit den Basilikumblättern ebenfalls in den Topf geben und alles für 3 Minuten bei starker Flamme rühren.
4. Danach mit einem Stabmixer alles fein pürieren, einen weiteren Esslöffel Olivenöl hinzugeben und die Soße mit Salz abschmecken.
5. Sobald die Nudeln bissfest sind diese abseihen und dabei etwas Nudelwasser auffangen. Die Pasta zur Soße hinzugeben und alles gut untermengen, bis die Soße gleichmäßig verteilt und die Nudeln gefärbt sind. Sollte euch das Ganze etwas trocken erscheinen, eine kleine Menge Nudelwasser beimischen.

Wichtige Tipps und Informationen:

- Selbstverständlich kann für dieses Gericht auch frische Rote Bete verwendet werden. Diese muss zuvor jedoch gegart werden, was vom Zeitaufwand wesentlich größer ist.
- Die Walnüsse können beispielsweise auch durch Pinienkerne, Mandeln oder Haselnüsse ersetzt werden.
- Wer Knoblauch nicht mag bzw. nicht verträgt, kann ihn auch durch eine halbe kleine Zwiebel austauschen.
- Als Nudelsorten eignen sich hierbei sowohl lange Nudeln wie Spaghetti, als auch kurze Pastasorten wie Fusilli.