

PAPPARDELLE MIT ZUCCHINISTREIFEN UND MINZ-RICOTTA

Zutaten für 4 Personen

15 frische Minzeblätter
½ unbehandelte Zitrone
250 g Ricotta
Salz, Pfeffer
700 g Zucchini
30 g Butter
100 g Cocktail-Tomaten
320 g Pappardelle
2 EL geröstete Mandelblättchen
Parmesan



Zubereitung:

Die Pinienkerne in einer nicht zu heißen Pfanne ohne Öl goldgelb rösten und für die spätere Die Pasta bissfest garen.

Minzeblätter waschen, kleinschneiden und unter den Ricotta mischen. Zitronensaft und Gewürze zugeben und glattrühren.

Die Zucchini waschen, die Enden abschneiden und in feine Streifen schneiden. Salzen und in einer Pfanne mit erhitzter Butter kurz durchschwenken, so dass sie bissfest bleiben. Die Tomaten würfeln und ebenso verfahren.

Das Gemüse mit der gekochten Pasta und dem Minz-Ricotta mischen und nach Belieben mit gerösteten Mandelblättchen und Parmesan servieren.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten / Schwierigkeitsgrad: einfach

NÄHRWERTE PRO PERSON:

Kcal: 511,88

kJ: 2143,00

Fett in g: 20,01

Kohlenhydrate in g: 61,38

Eiweiß in g: 21,08

Guten Appetit!