

Rezept der Woche

Pasta mit Zucchini-Kürbiskern-Pesto



Zutaten (4 Portionen)

- 50 g Lauchzwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 250 g Zucchini
- 70 g Kürbiskerne
- 1 Bund Minze (ca. 20 g)
- 1 Bund Basilikum (ca. 20 g)
- 130 ml Olivenöl
- 40 g Parmesan
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- 500 g kurze Nudeln (wie Penne oder Farfalle)

Zubereitung:

Kürbiskerne in einer mittelgroßen Pfanne ohne Fett rösten bis sie duften, abkühlen lassen. Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln. Zucchini würfeln.

Bratöl in der Pfanne erhitzen. Lauchzwiebeln, Knoblauch und Zucchini ca. 4 min bei hoher Hitze anbraten, dann in einen Mixtopf geben. Minze und Basilikum abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Mit den Kürbiskernen und Olivenöl in den Mixtopf geben. Alles fein pürieren. Käses fein reiben und unterrühren. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Inzwischen die Nudeln nach Packungsangabe al dente kochen, in ein Sieb gießen und tropfnass zurück in den Topf geben. Mit Pesto mischen und auf 4 Teller verteilen. Mit Minze oder Basilikum garnieren und gleich servieren.