



Zitronige Spaghetti mit Fetakäse

mit Zucchini, Rucola und Mohn



ca. 25min



2 Personen

Zeit für Pasta! Diese besondere Kreation ist genau das Richtige für ein schnelles Abendessen mit einem Hauch von Sommer dank mediterraner Zucchini, feinem Fetakäse und einer erfrischenden Sauce mit Zitrone und Petersilie. Das i-Tüpfelchen ist der Mohn!

- 250g Spaghetti ¹
- 2 Zucchini
- 1 rote Peperoni
- 1 Knoblauchzehe
- 10g Petersilie
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Päckchen Blaumohn
- 100g Feta ⁷
- 50g Rucola

- 1TL Butter ⁷
- 15ml Olivenöl
- Salz und Pfeffer

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Allergene
Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 745kcal, Fett 25.1g,
Kohlenhydrate 105.8g, Eiweiß 25.5g



In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zucchini** mit einer Küchenreibe grob raspeln. Die **Peperoni** in feine Würfel schneiden, für weniger Schärfe die Kerne entfernen. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken. Die **Zitronenschale** abreiben.



Die **Zucchini** dazugeben und 2-3Min. mitbraten. 1TL Butter und **ca. 50ml Pastawasser** hinzugeben. Gut verrühren, damit die **Sauce** bindet. Anschließend den **Mohn** unterrühren.



Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 8-10Min. bissfest kochen. **Ca. 100ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



Die **Pasta** und die **Petersilie** in die Pfanne geben und unter die **Sauce** heben, dabei nach Bedarf mehr **Pastawasser** hinzufügen. Mit der **Zitronenschale** sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



Inzwischen den **Knoblauch** und die **Peperoni nach Geschmack** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1Min. anschwitzen.



Die **Zitrone** in Spalten schneiden. Den **Feta** mit den Fingern oder einer Gabel zerkrümeln. Die **Pasta** mit etwas **Rucola** anrichten und mit dem **Feta** garnieren. Mit den **Zitronenspalten** servieren und diese nach Geschmack über der **Pasta** ausdrücken.