



Casarecce mit gebratenem Topinambur

und veganem Zucchini-Mandel-Pesto



ca. 20min



2 Personen

Topinambur war bisher noch nicht auf deinem Speiseplan zu finden? Dann sollte sich das schleunigst ändern, denn das leckere Wurzelgemüse ist völlig zu Unrecht (noch) ein Underdog. Die Knolle schmeckt angenehm nussig und passt perfekt zu unserer heutigen Pasta. Die servieren wir mit einem feinen veganen Pesto, in dem neben Basilikum und Mandeln auch gegarte Zucchini zu finden ist. Ein Aromawunder durch und durch!

Was du von uns bekommst

- 250g Casarecce ¹
- 1 Zucchini
- 25g Mandelblättchen ¹⁵
- 20g Basilikum
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Topinamburen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Päckchen Hefeflocken

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne mit Deckel
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 726kcal, Fett 16.9g, Kohlenhydrate 124.8g, Eiweiß 20.8g



1. Pasta kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 6-8Min. bissfest kochen. Mit einer Tasse etwas **Kochwasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, zurück in den Topf geben und abgedeckt warm halten.



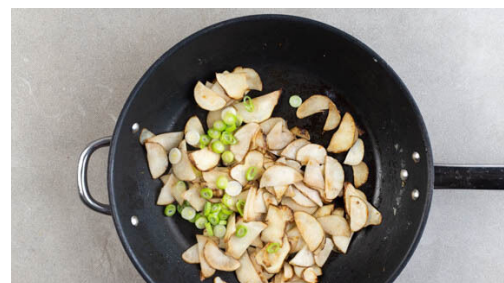
4. Pesto pürieren

In einem hohen Gefäß die **Zucchini**, die **Mandelblättchen**, das **geschnittene Basilikum**, den **Knoblauch**, die **Hefeflocken** sowie je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer zu einem **Pesto** pürieren.



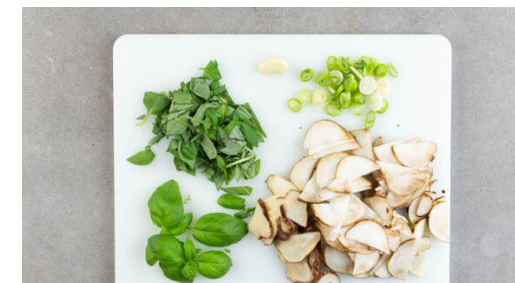
2. Zucchini garen

Eine mittelgroße Pfanne ca. 2cm hoch mit Wasser füllen und bei starker Hitze aufkochen. Die **Zucchini** in ca. 2cm große Würfeln schneiden, mit den **Mandelblättchen** in das kochende Wasser geben und abgedeckt ca. 5Min. köcheln lassen, dann in ein Sieb abgießen. Die Pfanne wird weiterverwendet.



5. Topinamburen braten

Die **Topinamburen** in der Pfanne aus Schritt 2 mit 1EL Olivenöl und reichlich Salz und Pfeffer bei mittlerer bis starker Hitze 4-6Min. anbraten, bis sie von allen Seiten goldbraun und gar sind. Die **Lauchzwiebelringe** unterrühren.



3. Zutaten schneiden

Ein paar **Basilikumblätter** als Garnitur beiseitelegen, das **restliche Basilikum** grob schneiden. Den **Knoblauch** schälen. Die **Topinamburen samt Schale** längs halbieren und in sehr dünne Scheiben schneiden. Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden.



6. Fertigstellen & servieren

Die **Pasta** mit dem **Pesto** vermengen, dabei nach Bedarf etwas **Kochwasser** hinzugeben. Die **Pasta** mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit den gebratenen **Topinamburen** anrichten und mit den zurückgelegten **Basilikumblättern** garniert servieren.