



Zitronige Spaghetti mit Fetakäse

mit Zucchini, Rucola und Mohn



20-30min



3-4 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!

- 400g Spaghetti ¹
- 3 Zucchini
- 1 rote Peperoni
- 2 Knoblauchzehen
- 10g Petersilie
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Päckchen Blaumohn
- 200g Feta ⁷
- 100g Rucola

- 2TL Butter ⁷
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- großer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

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

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

Energie 640kcal, Fett 24.6g,
Kohlenhydrate 83.6g, Eiweiß 21.9g



1. Zutaten vorbereiten

4. Zucchini garen

Die **Zucchini** dazugeben und 2-3Min. mitbraten. 2TL Butter und **ca. 100ml Pastawasser** hinzugeben. Gut verrühren, damit die **Sauce** bindet. Anschließend den **Mohn** unterrühren.



2. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 11-13Min. bissfest kochen.
Ca. 150ml Pastawasser abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



5. Pasta hinzugeben

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.



3. Peperoni braten

Inzwischen den **Knoblauch** und die **Peperoni nach Geschmack** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1Min. anschwitzen.



6. Feta zerkrümeln

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