

Id0701 web dish name 4640

## Cremige Vollkornpasta

mit gemischten Pilzen



20-30Min.



3-4 Personen

Wer kann da schon "Nein" sagen? Nussige Vollkorn-Tagliatelle mit einer Sauce aus Pilzen, Tomaten, Basilikum, Mandelblättchen und Sahne. Müssten wir noch mehr sagen?

## Was du von uns bekommst

- 1 Packung Kirschtomaten
- 40g Mandelblättchen <sup>15</sup>
- 2 Knoblauchzehen
- 20g frischer Basilikum
- 1 Becher Sahne <sup>7</sup>
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Packung gemischte Pilze: Austernpilze und braune Champignons
- 1 Packung Vollkorn Tagliatelle <sup>1</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- großer Kochtopf
- Küchenreibe
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

## Allergene

Gluten (1), Milch (7), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 815.0kcal, Fett 25.6g, Eiweiß 27.8g, Kohlenhydrate 111.8g



### 1. Gemüse vorbereiten

Den **Knoblauch** mit der Messerrückseite grob zerdrücken. **Pilze** mit Küchenkrepp oder einer Pilzbürste von evtl. Dreck befreien. Champignons in Scheiben schneiden. Austernpilze in Streifen schneiden. **Tomaten** waschen und halbieren. Die Schale der **Zitrone** abraspeln und den Saft auspressen. **Basilikumblätter** grob hacken.



### 2. Mandeln rösten

Einen großen Topf mit ausreichend gesalzenem Wasser für die Pasta zum Kochen bringen. Große Pfanne ohne Öl auf mittlere Stufe erhitzen. Die **Mandelblättchen** vorsichtig unter gelegentlichem Rühren goldbraun rösten, aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller beiseitstellen. Vorsicht, sie verbrennen schnell.



### 3. Pilze anbraten

Die Pfanne erneut mit 2EL Olivenöl auf hohe Stufe erhitzen. **Pilze** und **Knoblauch** ca. 4-6Min. goldbraun braten bis die evtl. entstandene Flüssigkeit verdampft ist.



### 4. Pasta kochen

Sobald das Wasser kocht, die **Pasta** für ca. 8-10Min. bissfest gar kochen. Anschließend die Nudeln durch ein Sieb abgießen.



### 5. Sauce fertigstellen

**Tomaten**, 2TL **Zitronenschale**, 2/3 des **Basilikums** und **Sahne** zur Pilzpfanne geben. 2/3 der **Mandeln** ebenfalls untermengen, dabei mit den Händen etwas zerreiben. Alles ca. 2-3Min. leicht einkochen lassen.



### 6. Pasta unterheben

Die abgetropften **Tagliatelle** unter die Sauce mengen. Mit 2EL **Zitronensaft**, Salz und Pfeffer abschmecken. **Knoblauchzehen** aus der Pasta nehmen. Pasta anrichten und mit restlichen **Mandelblättchen** und **Basilikum** garnieren.