



Cremige Käse-Fettuccine

mit Kirschtomaten und Mais



ca. 20min



2 Personen

Für dieses feine Pastagericht schneidest du frische Lasagneblätter in breite Fettuccine und garst sie wie gewohnt in kochendem Salzwasser. Sie sind die perfekte Ergänzung zur cremig-käsige Sauce mit Mais und fruchtigen Kirschtomaten, frischem Dill und Basilikum. Geröstete Kürbiskerne sorgen für leckeren Crunch. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1 Dose Mais
- 1 Packung Kirschtomaten
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 15g frischer Dill & Basilikum
- 250g frische Lasagneblätter ^{1,3}
- 1 Packung Kürbiskerne
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Packung geriebener Gouda ⁷

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

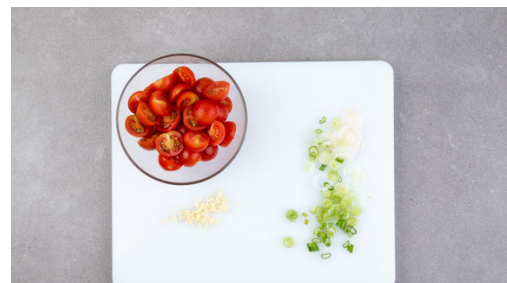
Nährwertangaben pro Portion

Energie 934.0kcal, Fett 52.4g, Eiweiß 35.7g, Kohlenhydrate 72.3g



1. Mais abgießen

Den **Mais** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



2. Gemüse schneiden

Die **Kirschtomaten** halbieren. Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



3. Kräuter schneiden

Die **Dillspitzen** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. Die **Basilikumblätter** ebenfalls abzupfen und grob schneiden.



4. Pasta garen

Die **Lasagneblätter** in ca. 1cm breite Streifen schneiden und in einer großen Pfanne mit ca. 1L heißem Wasser übergießen. Leicht salzen und die **Pasta** in 1-2Min. bei mittlerer Hitze bissfest garen. Mit einem Messbecher **100-150ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die Pfanne auswaschen.



5. Gemüse braten

Die **Kürbiskerne** in derselben Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze ca. 2Min. rösten, dann zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen. Die Pfanne erneut erhitzen und den **Mais** und die **Zwiebeln** mit 1-1,5EL Olivenöl bei niedriger Hitze ca. 3Min. leicht anbraten. Die **Crème fraîche**, die **Tomaten** und den **Knoblauch** vorsichtig unterrühren.



6. Pasta fertigstellen

Den **Käse** und **50-100ml Pastawasser** in die Pfanne geben und alles 1-2Min. sanft köcheln lassen. Die Pfanne vom Herd nehmen und die **Pasta** sowie **3/4 der Kräuter** unter die **Sauce** rühren. Dabei ggf. noch etwas mehr **Pastawasser** hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die **Pasta** mit den **restlichen Kräutern** und den **Kürbiskernen** garniert servieren.