



RS Conchiglie mit gelber Zucchini

und Mandel-Petersilien-Sauce



30-40min



3-4 Personen

Etwas farbige Abwechslung gefällig? In dieser vegetarischen Pasta gibt es heute gelbe Zucchini! Sie ist im Geschmack etwas milder als ihre grüne Artgenossin, aber eignet sich genauso gut für all die verschiedenen Zubereitungsarten, die die Zucchini zu so einem beliebten Sommergemüse macht! Hier passt sie ganz wunderbar zum herzhaftem Rucola und dem aromatischen Pesto aus Petersilie und Mandeln.

- 400g Bio-Conchiglie ¹
- 2 gelbe Zucchini
- 40g Basilikum & Petersilie
- 2 Knoblauchzehen
- 50g Mandelblättchen ³
- 2 Becher Crème fraîche ²
- 100g Rucola

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- großer Topf
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sparschäler
- Messbecher
- Sieb

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 819kcal, Fett 46.7g,
Kohlenhydrate 82.1g, Eiweiß 18.1g



1. Gemüse vorbereiten

4. Pasta kochen

2. Mandeln anrösten

5. Zucchini braten

3. Pesto zubereiten

6. Pasta fertigstellen

Die **Zucchini** und das **Pesto** zur **Pasta** in den Topf geben und alles gut vermengen, dabei nach Bedarf etwas **Pastawasser** hinzufügen, bis alles gut vermischt ist. Den **Rucola** unterheben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.