



Zitronige Linsen-Strozzapreti mit Fetakäse

mit Zucchini, Rucola und Mohn



20-30min



4 Portionen

Zeit für Pasta! Pasta aus roten Linsen! 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!

- 500g Bio-Linsen-Strozzapreti
- 3 Zucchini
- 1 Peperoni
- 2 Knoblauchzehen
- 10g Petersilie
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Pck. Blaumohn
- 200g Feta ¹
- 100g Rucola

- 2TL Butter ¹
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

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

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

Energie 711kcal, Fett 24.2g,
Kohlenhydrate 74.9g, Eiweiß 45.2g



1. Zutaten vorbereiten

4. Zucchini garen

Die **Zucchini** mit ½TL Salz dazugeben und 5-7Min. braten. **Tipp:** Je nach Größe der Pfanne ggf. eine zweite Pfanne verwenden. 2TL Butter und **ca. 100ml Pastawasser** hinzugeben. Gut verrühren, damit die **Sauce** bindet. Anschließend den **Mohn** unterrühren.



2. Pasta kochen

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

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.