



Zitronige Spaghetti mit Fetakäse

mit Zucchini, Rucola und Mohn



20-30min



2 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!

- 250g Spaghetti ¹
- 2 Zucchini
- 1 rote Peperoni
- 1 Knoblauchzehe
- 10g frische Petersilie
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Päckchen Blaumohn
- 1 Packung Fetakäse ⁷
- 1 Packung Rucola

- 1 TL Butter ⁷
- Olivenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer

- mittelgroßer 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 880kcal, Fett 36.0g,
Kohlenhydrate 101.5g, Eiweiß 32.5g



In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zucchini** mit einer Küchenreibe grob raspeln. Die **Peperoni** in feine Würfel schneiden, für weniger Schärfe die Kerne entfernen. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Petersilienblätter** abzupfen und fein hacken. Die **Zitronenschale** abreiben.



Die **Zucchini** dazugeben und 2-3Min. mitbraten. 1TL Butter und **ca. 50ml Pastawasser** hinzugeben. Gut verrühren, damit die **Sauce** bindet. Anschließend den **Mohn** unterrühren.



Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. **Ca. 100ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



Die **Pasta** und die **Petersilie** in die Pfanne geben und unter die **Sauce** heben. Mit dem **Zitronenabrieb** sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Ggf. mehr **Pastawasser** hinzufügen.



Inzwischen den **Knoblauch** und die **Peperoni nach Geschmack** in einer großen Pfanne mit 2-3EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1Min. anschwitzen.



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