



## Zitronige Spaghetti mit Fetakäse

mit Zucchini, Rucola und Mohn



20-30min



3-4 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!

## Was du von uns bekommst

- 500g Spaghetti <sup>1</sup>
- 3 Zucchini
- 1 rote Peperoni
- 2 Knoblauchzehen
- 10g frische Petersilie
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Päckchen Blaumohn
- 2 Packungen Fetakäse <sup>7</sup>
- 1 Packung Rucola

## Was du zu Hause benötigst

- 1TL Butter <sup>7</sup>
- Olivenöl
- Salz und schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

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

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

## Allergene

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

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 817kcal, Fett 31.8g, Kohlenhydrate 99.2g, Eiweiß 30.1g



### 1. Zutaten vorbereiten

In einem großen 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 entkernen. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Petersilienblätter** abzupfen und fein hacken. Die **Zitronenschale** abreiben.



### 4. Zucchini garen

Die **Zucchini** dazugeben und 2-3Min. mitbraten. 1TL Butter und **ca. 100ml Pastawasser** hinzugeben. Gut verrühren, damit die **Sauce** bindet. Anschließend den **Mohn** unterrühren.



### 2. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. **Ca. 150ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



### 3. Knoblauch braten

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



### 5. Pasta hinzugeben

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.



### 6. Zitrone schneiden

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.