



Zitronige Lauch-Torchierte

mit gerösteten Walnüssen und Rucola



20-30min



2 Personen

Diese Frühlingspasta kann sich sehen lassen: Herzhafter Lauch, knackige Walnüsse, Thymian und erfrischende Zitrone tummeln sich in einer cremigen Sauce. Die gedrehten Nudeln saugen die Sauce besonders gut auf. Schnapp dir schnell einen Teller und es kann losgehen!

Was du von uns bekommst

- 7
- 7
- 10
- 9

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Pfanne
- Kochtopf
- Küchenreibe
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

Milch (7), Sellerie (9), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 855kcal, Fett 49.9g, Kohlenhydrate 73.8g, Eiweiß 23.1g



1. Walnüsse rösten

In einer großen Pfanne die **Walnüsse** ohne Öl bei mittelhoher Hitze goldbraun rösten, herausnehmen und aufheben. In einem großen Topf ausreichend, gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.



2. Gemüse zubereiten

Den **Lauch** längs halbieren, unter fließendem Wasser von Dreck befreien und abtropfen lassen. Den **Lauch** nun in ca. 1-2cm breite Stücke schneiden. Die Blätter des **Thymians** grob von den Stängeln streifen. Die **Walnüsse** grob hacken.



4. Lauch garen

Inzwischen in der Pfanne nun 1EL Öl mittelhoch erhitzen und den **Lauch** darin ca. 5-8Min. anbraten. Den **Käse** grob reiben. Die Schale der **Zitrone** abraspeln und den Saft einer Hälfte auspressen. Die andere Hälfte in Spalten schneiden.



5. Sauce zubereiten

Sobald der **Lauch** bissfest gar ist, die Hitze reduzieren und die Butter und den **Thymian** zugeben und einmal durchschwenken bis die Butter geschmolzen ist. Nun die Hälfte des **Käse**, **Creme Fraiche**, den **Senf** und die **Walnüsse** hinzufügen. Ebenso den **Brühwürfel**, sowie 150ml Wasser hinzufügen und alles für 2Min. köcheln lassen.



3. Pasta kochen

Sobald das Wasser kocht, die Pasta für 8-10Min. bissfest garkochen. Schließlich durch ein Sieb abgießen und die **Pasta** abtropfen lassen.



6. Pasta anrichten

Schließlich die **Pasta** in die Pfanne geben, alles gut miteinander vermischen, mit Salz, Pfeffer und 1-2TL **Zitronenschale** abschmecken. 1-2EL **Zitronensaft** zusammen mit 2-3EL Olivenöl mit Salz und Pfeffer zu einem Dressing verrühren. **Rucola** mit dem Dressing vermengen und zusammen mit der **Pasta** und den **Zitronenspalten** servieren. Mit restlichem **Käse** garnieren.