



Cremige Käse-Fettuccine

mit Mais und Kirschtomaten



20-30min



2 Personen

Für dieses feine Pastagericht schneidest du frische Lasagneblätter in breite Fettuccine und garst sie wie gewohnt in kochendem Salzwasser. Sie sind die perfekte Ergänzung zur cremig-käsen Sauce mit Mais und fruchtigen Kirschtomaten, frischem Dill und Basilikum. Geröstete Kürbiskerne sorgen für leckeren Crunch. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1 Dose Mais
- 1 Packung Kirschtomaten
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 15g frisches Basilikum & Dill
- 250g frische Lasagneblätter^{1,3}
- 1 Päckchen Kürbiskerne
- 1 Becher Crème fraîche⁷
- 1 Packung geriebener Käse⁷

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 987kcal, Fett 50.9g, Kohlenhydrate 93.2g, Eiweiß 36.9g



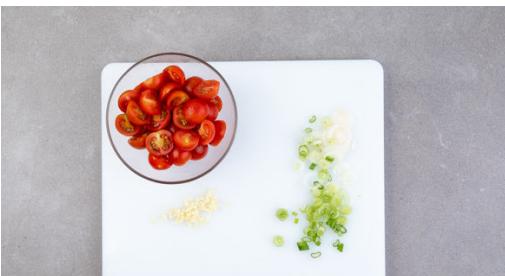
1. Mais abgießen

Den **Mais** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



4. Pasta garen

Die **Lasagneblätter** in ca. 1cm breite Streifen schneiden und in einer großen Pfanne mit ca. 1L heißem Wasser übergießen. Leicht salzen und die **Pasta** in 1-2Min. bei mittlerer Hitze bissfest garen. Mit einem Messbecher oder einer Tasse **100-150ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die Pfanne auswischen.



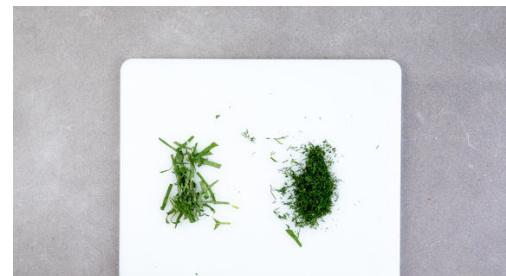
2. Gemüse schneiden

Die **Tomaten** halbieren. Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



5. Gemüse braten

Die **Kürbiskerne** in derselben Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze ca. 2Min. anrösten, dann zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen. Die Pfanne erneut erhitzen und den **Mais** und die **Lauchzwiebeln** mit 1EL Olivenöl bei niedriger Hitze ca. 3Min. leicht anbraten. Die **Crème fraîche**, die **Tomaten** und den **Knoblauch** vorsichtig unterrühren.



3. Kräuter schneiden

Die **Dillspitzen** von den Stängeln zupfen und fein schneiden. Die **Basilikumblätter** ebenfalls abzupfen und grob schneiden.



6. Pasta fertigstellen

Den **Käse** und **50-100ml Pastawasser** in die Pfanne geben und alles 1-2Min. sanft köcheln lassen. Die Pfanne vom Herd nehmen und die **Pasta** sowie **3/4 der Kräuter** unter die **Sauce** rühren. Dabei ggf. noch etwas mehr **Pastawasser** hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die **Pasta** mit den **restlichen Kräutern** und den **Kürbiskernen** garniert servieren.