



Cremige Käse-Fettuccine

mit Mais und Kirschtomaten



20-30min



3-4 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-käsigen Sauce mit Mais und fruchtigen Kirschtomaten, frischem Dill und Basilikum. Geröstete Kürbiskerne sorgen für leckeren Crunch. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 2 Dosen Mais
- 1 Packung Kirschtomaten
- 3 Lauchzwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 15g frisches Basilikum & Dill
- 500g frische Lasagneblätter ^{1,3}
- 1 Packung Kürbiskerne
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Packung geriebener Käse ⁷

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 829kcal, Fett 36.3g, Kohlenhydrate 91.2g, Eiweiß 32.4g



1. Mais abgießen

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



2. Gemüse schneiden

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



3. Kräuter schneiden

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



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 auswaschen.



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 1-2EL Olivenöl bei niedriger Hitze ca. 3Min. leicht anbraten. Die **Schlagsahne**, die **Tomaten** und den **Knoblauch** vorsichtig unterrühren.



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.