



Vegane Shiitake-Spinat-Pasta

in cremiger Miso-Cashew-Sauce



ca. 25min



2 Personen

Eine elegante Pasta-Kreation von unserer Köchin Hannah. Die cremige Sauce aus Miso, Cashews und Zitrone ist frisch und leicht. Dazu gibt es mit Knoblauch gebratene Shiitakepilze und zarten Babyspinat. Vegane Küche vom Feinsten!

Was du von uns bekommst

- 250g Penne ¹
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung helle Misopaste ^{1,6}
- 2 Packungen Cashewkerne ¹⁵
- 1 Packung Shiitakepilze
- 1 Packung Babyspinat
- 1 Päckchen Hefeflocken

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitronenpresse
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Nüsse (15).
Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 907kcal, Fett 35.5g,
Kohlenhydrate 112.3g, Eiweiß 33.3g



1. Zitrone vorbereiten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



4. Pilze schneiden

Die **Shiitakepilze** in dünne Streifen schneiden, dabei die Stiele entfernen.



2. Sauce zubereiten

2EL Zitronensaft, **1/2TL Zitronenabrieb**, die **Misopaste**, die **Cashews** und 150ml warmes Wasser in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer zu einer glatten **Sauce** pürieren. Nach Bedarf etwas mehr Wasser hinzufügen.



5. Pilze braten

Die **Pilze** und den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze 2-3Min. anbraten. Den **Spinat** nach und nach unterheben und zusammenfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.



3. Pasta kochen

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



6. Pasta fertigstellen

Die **Pasta** und die **Miso-Cashew-Sauce** zum **Gemüse** in die Pfanne geben und alles gut vermengen, dabei ggf. etwas **Pastawasser** hinzufügen. Die **Pasta** mit den **Hefeflocken** und dem **restlichen Zitronenabrieb** garnieren und servieren.