



Türchen Nr. 5

AVOCADO PASTA

ZUBEREITUNG

ZUTATEN

| | |
|-------------|-------------------|
| 400g | Spaghetti |
| 30g | Basilikum |
| 2 | reife Avocados |
| 2 | Knoblauchzehen |
| 2 EL | Oliven |
| 2 EL | Zitronensaft |
| | Salz |
| nach Bedarf | Hefeflocken |
| nach Bedarf | pflanzliche Milch |
| 2-3 EL | Cashewmus |
| 1EL | Pinienkerne |
| 50g | Kirschtomaten |

Die Spaghetti nach Packungsanweisung kochen. Währenddessen die Basilikumblätter abrupfen, waschen und grob hacken. Die Avocados halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch mit dem Löffel herauslösen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Avocados, Basilikum, Knoblauch, Olivenöl und Zitronensaft in einen Mixer geben und fein pürieren. Mit Salz und Hefeflocken abschmecken. Etwas pflanzliche Milch und Cashewmus bis zur gewünschten Cremigkeit hinzugeben. Sobald die Nudeln al dente sind, das Kochwasser abgießen und die Nudeln mit kaltem Wasser abschrecken. Zuletzt die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl goldbraun rösten, Kirschtomaten halbieren. Die Nudeln mit der Guacamole vermengen und die Pasta-Schalen mit Tomaten und den gerösteten Pinienkernen servieren.

*Vielen Dank, Stefanie aus Wahlstedt
für dieses tolle Rezept!*