

Pasta mit feiner Kürbissoße

Bio Kochbox KW 44



Pasta mit feiner Kürbisssoße



MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

Für 2 Portionen:

- Handvoll Kürbiskerne
- ½ Hokkaido Kürbis
- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- Kürbiskernöl
- Koriander
- 200 g Spaghetti

Eigener Vorrat:

- Salz, Pfeffer
- 1 EL Ahornsirup

Zubereitung:

Spaghetti nach Packungsanweisung kochen. Kürbiskerne bei kleiner Hitze anrösten.

In der Zeit den Kürbis und die Schalotten in feine Streifen schneiden, Knoblauchzehen fein hacken. Kürbis, Knoblauch und Schalotten in Öl anbraten. Mit Ahornsirup, Meersalz und Pfeffer abschmecken. Die Kürbiskerne und Koriandergrün dazugeben. Spaghetti mit der Soße vermengen und genießen.