

Spaghetti mit Käse - Kräutersauce

Kategorien: Nudeln

Zutaten für: 4 Personen

500	Gramm	Spaghetti
1/2	Bund	Rucola, gesäubert Getrocknet, klein geschnitten
1	Bund	Glatte Petersilie, gesäubert Getrocknet, Blätter abgezupft
1	Bund	Basilikum, gesäubert Getrocknet, Blätter abgezupft
2		Knoblauchzehen, grob gehackt
8	Essl.	Olivenöl
4	Essl.	Geröstete Mandeln
1	Teel.	Zitronensaft
150	Gramm	Greyerzerkäse, gerieben
2-3	Essl.	Crème fraîche Salz, frisch gemahlener Schwarzer Pfeffer

Anleitung:

Zubereitungszeit: 20 Min.

1. Spaghetti in kochendem Salzwasser 8-10 Min. bissfest kochen.
2. Für die Kräutersauce: Vorbereitete Kräuter und Rucola in den Mixer geben. Mandeln, Knoblauch, Zitronensaft und Olivenöl hinzufügen und zu einer dicklichen Paste pürieren.
3. Käse und Crème fraîche unter die Kräutersauce heben und mit Pfeffer und Salz abschmecken.
4. Spaghetti in einem Sieb abtropfen lassen, mit der Käse-Kräutersauce mischen und sofort servieren. Durchschnittliche Nährwerte pro Portion, kalkuliert anhand der rohen Zutaten:

Brennwert 3197 kJ (757 kcal)

Eiweiß 28 g

Fett 31 g

Kohlenhydrate 90 g