



## Pasta und Pesto auf die schnelle deutsche Art ;-)

### 2 Portionen

250 g Penne

Pesto:

1 Bund Petersilie  
2 - 3 EL Olivenöl  
1 kl. Tasse Gemüsebrühe  
1/2 Knoblauchzehe  
2 - 3 EL Mandelmus  
ital. Kräuter  
Salz und Pfeffer

### 4 Portionen

500 g

2  
5 - 6  
2 kl. Tassen  
1  
5 - 6

### Zubereitung

Für die Nudeln reichlich Salzwasser aufsetzen und nach Packungsanleitung kochen.

In der Zwischenzeit die Petersilie leicht klein schneiden und den Knoblauch in Stücke schneiden. Mit den restlichen Zutaten in einen hohen Mixbecher geben und mit einem Stabmixer pürieren. Vorsicht, das kann u.U. etwas spritzen.

Wenn's zu flüssig wird, ggf. noch etwas Mus zugeben. Kräftig würzen und mit den heißen Nudeln vermischen und sofort servieren.

Wir wünschen guten Appetit.

Das sollten Sie zuhause haben:  
Salz und Pfeffer, Olivenöl, Kräuter

Tipp:

Statt Penne schmecken auch Spaghetti sehr gut. Und Vollkorn schmeckt auch gut, ist aber viel gesünder. Der goldene Mittelweg sind unsere leckeren Dingel spaghetti. Pesto können Sie mit aller Art Nüssen, Nussmusen und Kräutern zubereiten. Wer will, darf zum Schluss gerne noch etwas Käse dazu geben.