



Gemüsebandnudeln mit Kürbiskernpesto

ZUBEREITUNGSZEIT: 40 Minuten

SCHWIERIGKEITSGRAD: mittel

ZUTATEN: für 4 Portionen

Pesto:

| | | |
|-----|------|-------------------------------------|
| 120 | g | geschälte Kürbiskerne |
| 1 | | Knoblauchzehe |
| 150 | ml | Sonnenblumenkernöl |
| 0,5 | Bund | glatte Petersilie |
| 1 | TL | Zitronensaft |
| 1 | TL | fein abgeriebene Bio-Zitronenschale |
| 1 | EL | Kürbiskernöl |
| | | Salz, Pfeffer |

Nudeln:

| | | |
|-----|----|-----------------------|
| 400 | g | Möhren |
| 400 | g | Pastinaken |
| 400 | g | Hokkaidokürbis |
| 30 | g | Butaris Butterschmalz |
| 250 | g | Bandnudeln |
| 2 | EL | geriebener Parmesan |
| | | Salz, Pfeffer |

ZUBEREITUNG:

Schritt 1/5

Für das Pesto den Knoblauch und die Kürbiskerne grob hacken. Beides zusammen mit Sonnenblumenkernöl mit einem Pürierstab (oder in der Küchenmaschine) fein pürieren. Salzen und pfeffern. Petersilie grob hacken und dazu geben. Zitronensaft, Zitronenschale sowie das Kürbiskernöl kurz untermixen.

Schritt 2/5

Für die Gemüsebandnudeln Möhren und Pastinaken schälen und mit dem Sparschäler in lange, dünne Streifen schneiden. Kürbis ebenfalls in lange, dünne Streifen schneiden.

Schritt 3/5

In einer Pfanne Butaris Butterschmalz erhitzen und die Gemüsestreifen kurz anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen und beiseitestellen.

Schritt 4/5

In reichlich kochendem Salzwasser die Bandnudeln bissfest garen. Nudeln abgießen und in eine große, vorgewärmte Schüssel geben.

Schritt 5/5

Gemüsestreifen kurz bei hoher Hitze erwärmen und unter die Nudeln heben. Alles mit 2/3 des Pestos mischen und auf Tellern verteilen. Restliches Pesto darüber geben und mit geriebenem Parmesan servieren.

Abdruck honorarfrei/Abdruck nur mit Nennung von Butaris Butterschmalz in der Zutatenliste/Belege erbeten.

Bildnachweis: © Butaris Butterschmalz

Die Verwendung von Rezept und Bild ist gestattet für die Nutzung in Print- und Online-Medien. Sofern Rezept und Bild darüber hinaus verwendet werden sollen, bedarf es der vorherigen schriftlichen Zustimmung der Dairy Fine Food GmbH.