



One-Pot-Pasta mit Spargel

Ein unkompliziertes Spargel-Gericht für One-Pot-Fans. Das Ergebnis ist himmlisch cremig!

Für 2 Portionen
Schwierigkeitsgrad: leicht
Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten
Pro 100 g:
2362 kJ / 625 kcal
F: 23 g, davon 12 g gesättigte Fettsäuren, K: 77 g,
davon 8 g Zucker, E: 33 g, Salz: 1,2 g

Zutaten aus der Rezeptkiste:

250 g Tagliatelle oder Spaghetti
500 g grüner Spargel
1 Knoblauchzehe
400 g Cherrytomaten
1 Zitrone
180 g Feta
3 EL Bärlauch-Pesto oder Basilikum-Pesto

Zutaten aus dem Vorrat:

3 EL Olivenöl
Salz und Pfeffer
1 EL getrocknete Kräuter, wie Petersilie, Schnittlauch, Estragon oder Thymian
oder 2 EL frische Kräuter

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Spargel schräg in mundgerechte Stücke schneiden und die harten Enden entfernen. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Die Cherrytomaten halbieren. Die Hälfte einer Zitrone auspressen und mit dem Olivenöl verrühren.
2. Die Nudeln in eine Auflaufform legen. Den Feta als Ganzes in die Mitte der Auflaufform geben, und alle anderen Zutaten drumherum verteilen. So viel Wasser hinzugeben, bis die Nudeln vollständig bedeckt sind (etwa 450 ml). Mit Salz, Pfeffer und getrockneten Kräutern würzen. In die Mitte des Ofens schieben und 30-35 Minuten lang backen. Der Feta sollte anfangen, randlich etwas gebräunt zu sein, die Nudeln sollten gar sein. Eventuell etwas Wasser nachgießen.
3. Aus dem Ofen nehmen, mit dem Zitronensaft der zweiten Zitronenhälfte beträufeln, und alles mit einem großen Kochlöffel umrühren. Falls man frische Kräuter hat, werden diese nun untergerührt. Warm servieren.

Tipps

Man kann auch Pinienkerne darüber streuen und mitbacken. Gehackte Basilikumblätter schmecken prima dazu. Mit einem frischen, grünen Salat kann man das Gericht ergänzen.