

NUDELN MIT GEMÜSEBÄLLCHEN & BROKKOLI-PESTO

ZUTATEN

 2 PORTIONEN

 40 MIN

 EINFACH

1 Packung Garden Gourmet
vegetarische Gemüsebällchen

60 g gekochter Brokkoli

10 g Walnüsse

1/2 Knoblauchzehe

120 g Spaghetti

300 g Blumenkohl

10 g Basilikum

3 EL Olivenöl

Etwas Paprikapulver, Kreuzkümmel
& Knoblauchpulver

Dieses vegetarische Rezept kombiniert Spaghetti mit knusprigen Gemüsebällchen und einem cremigen Brokkoli-Pesto aus Walnüssen und Knoblauch. Es ist eine köstliche, ausgewogene Mahlzeit, die durch gerösteten Blumenkohl und frische Zutaten perfekt abgerundet wird. Schnell zubereitet und ideal für ein gesundes, leichtes Abendessen, das alle begeistert.

EMPFOHLENE ZUBEREITUNG

1. Blumenkohl vorbereiten

Ofen auf 200°C vorheizen. Kleine Röschen vom Blumenkohl abschneiden und mit 1 EL Olivenöl und Gewürzen vermischen. Den Blumenkohl auf ein Backblech mit Backpapier legen und für 30 min backen.

2. Nudeln kochen

In der Zwischenzeit die Spaghetti nach Packungsanweisung kochen. Etwas Nudelwasser für später beiseitestellen.

3. Gemüsebällchen hinzufügen

Den Ofen auf 180°C runterschalten und die Gemüsebällchen zu dem Blumenkohl geben. Für weitere 10 min backen.

4. Sauce zubereiten

In einem Mixer den Brokkoli, Walnüsse, Knoblauch, Zitronensaft, 75 ml Wasser und das restliche Olivenöl mixen.

5. Fertigstellen und genießen!

Die Spaghetti mit dem Brokkoli-Pesto mischen und mit den Gemüsebällchen und gebackenem Blumenkohl servieren!

**ENTDECKE NOCH MEHR REZEPTE AUF
GARDENGOURMET.DE**