

Pappardelle mit Walnuss-Pesto

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	601 kcal/ 2525 kJ		
Eiweiß:	20,8 g	Fett:	24,0 g
Kohlenhydrate:	75,3 g		

Zubereitungszeit:
ca. 25 Minuten

Zubereitung:

1. Möhren waschen, schälen, in dünne Scheiben hobeln. Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel würfeln. Petersilie abspülen, trocken schütteln und Stiele entfernen.

2. Petersilie, Knoblauch, Walnüsse und 2-3 Esslöffel Öl mit Pürierstab fein pürieren. Parmesan unterrühren. Eventuell noch etwas Brühe zufügen. Würzen.

3. Zwiebel und Möhren im restlichen Öl circa 5 Minuten dünsten. Salzen, Pfeffern. Nudeln in Salzwasser garen. Abgießen. Sofort mit Nuss-Pesto und Möhren mischen, servieren.

Zutaten für 2 Portionen :

2	Möhren
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1 Bund	Petersilie
1 EL	Walnusskerne
4 EL	Ölivenöl
30 g	Parmesan
	Brühe nach Bedarf
	Jodsalz
	Pfeffer
200 g	Pappardelle