



1A+1B

Vegetarisch

Spaghetti mit Avocadopesto und Tomaten



Zubereitungszeit
20 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Spaghetti kochen. Avocado in Stücke schneiden, $\frac{1}{4}$ beiseite stellen. Knoblauch, Avocado und Basilikum in die Küchenmaschine geben und unter Zugabe von Olivenöl cremig pürieren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Tomaten schneiden. Spaghetti mit Avocadopesto, Avocadostücken, Tomaten und Rucola mischen.

Zutaten

- ☐ 1 Beutel PS. food & lifestyle spaghetti
- ☐ 90 g Rispetomaten
- ☐ 10 g Rucola
- ☐ $\frac{3}{4}$ Avocado
- ☐ 1 EL Olivenöl
- ☐ $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
- ☐ Handvoll frisches Basilikum
- ☐ Pfeffer
- ☐ Salz

Nährwerte pro Person

Energie	527 kcal
Kohlenhydrate	12 g
Fett	37 g
Ballaststoffe	29 g
Eiweiß	18 g