

Viele weitere Rezepte
gibt's hier:  dm_dmBio



Unser
Highlightprodukt



 **Bio**
aus biologischer
Landwirtschaft



CREAMY VEGAN PASTA

Zutaten

- 75 g dmBio Cashewbruch
- 300 g Bio-Süßkartoffeln (Tipp: je nach Saison kann alternativ auch Kürbis verwendet werden.)
- 1/2 Bio-Zwiebel
- 1 Bio-Knoblauchzehe
- 200 ml dmBio Hafer Creme Cuisine
- 2 Prisen dmBio Paprika edelsüß
- 350 g dmBio Dinkelspaghetti
- 1 Prise Salz
- 1 Bio-Zucchini
- 100 g dmBio Kichererbsen
- Etwas dmBio Bratöl
- Etwas dmBio schwarzer Pfeffer
- 50 g dmBio sonnengetrocknete Tomaten

Zubereitung

1. Den Cashewbruch in reichlich Wasser für ca. 2 Stunden einweichen.
2. Die Süßkartoffeln schälen, klein schneiden und in kochendem Wasser ca. 20 Minuten weich garen.
3. Zwiebel und Knoblauch klein schneiden. Anschließend in einer Pfanne mit etwas Bratöl goldgelb andünsten.
4. Den eingeweichten Cashewbruch, die gekochten Süßkartoffelstücke, die gedünstete Zwiebel und den gedünsteten Knoblauch mit der Hafer Creme Cuisine sowie 1 Prise Paprika edelsüß in den Mixer geben und für 3 Minuten cremig mixen. Anschließend die Soße in eine Pfanne geben und für ca. 3 Minuten bei mittlerer Temperatur unter ständigem Rühren köcheln lassen.
5. Die Dinkelspaghetti für 6-7 Minuten unter gelegentlichem Rühren in kochendem, gesalzenem Wasser kochen. Anschließend die Pasta zur Soße geben. Nach Geschmack kann die Soße noch mit etwas Nudelwasser verdünnt werden.
6. Die Zucchini waschen und in feine Streifen schneiden. Anschließend zu der Pasta geben.
7. Die Kichererbsen in einer Pfanne mit etwas Bratöl anrösten. Mit Paprika edelsüß und gemahlenem schwarzen Pfeffer verfeinern.
8. Die sonnengetrockneten Tomaten in Streifen schneiden.
9. Die Pasta in einen tiefen Teller geben. Sonnengetrocknete Tomaten und geröstete Kichererbsen auf der Pasta verteilen und je nach Geschmack zusätzlich mit Basilikum verfeinern.

Guten Appetit!



Haben Sie das Rezept ausprobiert? Posten Sie das Bild auf Instagram unter dem Hashtag #dmBio



Markenqualität einkaufen auf dm.de/dmBio