



ZENTRUM DER  
GESUNDHEIT

# Pasta, Pasta, Pasta

Zusammengestellt von Ben und Lucia

Hauptgerichte

## Tagliatelle mit Pfifferlingen und Grünkohl

★★★★★ (32) • 15 min. Kochzeit • 375 kcal

Hauptgerichte

## Spaghetti mit Champignons an Blumenkohl-Sauce

★★★★★ (45) • Mit Video • 25 min. Kochzeit • 491 kcal

Hauptgerichte

## Kräuterseitlinge mit Pesto-Tagliatelle

★★★★★ (15) • Mit Video • 20 min. Kochzeit • 715 kcal

Hauptgerichte

## Spaghetti Tricolore

★★★★★ (66) • Mit Video • 15 min. Kochzeit • 643 kcal

Hauptgerichte

## Spaghetti mit Erbsen-Minze-Sauce

★★★★★ (26) • Mit Video • 20 min. Kochzeit • 737 kcal

Hauptgerichte

## Pasta mit Aubergine, Tomate und Kräutern

★★★★★ (14) • 15 min. Kochzeit • 658 kcal

Hauptgerichte

## Spaghetti mit Walnuss-Bolognese

★★★★★ (14) • 15 min. Kochzeit • 908 kcal

Hauptgerichte

## Grünkohl mit Pasta und getrockneten Tomaten

★★★★★ (23) • Mit Video • 20 min. Kochzeit • 822 kcal

Hauptgerichte

## One Pot Pasta

★★★★★ (11) • Mit Video • 10 min. Kochzeit • 710 kcal

Hauptgerichte

## Penne mit Vanille, Mandeln und Basilikum

★★★★★ (3) • 20 min. Kochzeit • 838 kcal

Hauptgerichte

Spaghetti in Mandel-Mascarpone

★★★★★ (8) • Mit Video • 15 min. Kochzeit • 660 kcal



Hauptgerichte

## Kartoffel-Spaghetti mit Spinat - basenüberschüssig

★★★★★ (13) • Mit Video • 15 min. Kochzeit • 394 kcal

Hauptgerichte

## Süßkartoffel-Nudeln mit Cashew-Sauce

★★★★★ (7) • Mit Video • 15 min. Kochzeit • 844 kcal

Hauptgerichte

## Spaghetti - Mediterrane Art

★★★★★ (7) • 15 min. Kochzeit • 441 kcal

Hauptgerichte

## Pasta mit mediterranem Gemüse-Gulasch

★★★★★ (6) • 30 min. Kochzeit • 470 kcal

Hauptgerichte

## Penne an Walnuss-Pesto

★★★★★ (9) • 20 min. Kochzeit • 976 kcal