

# Pasta an Kräuterseitling-Walnussauce

## Zutaten für 2 Portionen

### Für die Pasta an Kräuterseitling-Walnussauce

- 200 g Dinkel-Pappardelle
- 100 g Kräuterseitlinge – putzen und in Scheiben schneiden
- 50 g Walnüsse – grob hacken
- 1 Knoblauchzehe – schälen und fein hacken

### *Weitere Zutaten und Gewürze*

- 250 ml Sojasahne (alternativ Hafersahne)
- 150 ml Gemüsebrühe
- 1 EL Erdnussöl
- 1 ½ EL Mandelmus
- 1 EL Edelhefeflocken
- 1 TL Yaconsirup
- 2 EL fein gehackte Petersilie
- 1 EL gehackter Thymian
- Kristallsalz und Pfeffer aus der Mühle

## Zubereitung

- Vorbereitungszeit ca. 10 Minuten
- Koch-/Backzeit ca. 15 Minuten

Einen Topf mit reichlich Wasser zum Kochen bringen, salzen und die Pasta darin al dente (bissfest) kochen.

In der Zwischenzeit 1 EL Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen und die Kräuterseitlinge darin von beiden Seiten goldbraun anbraten. Dann den Knoblauch hinzufügen und 1 Min. leicht mitbraten.

Mit der Gemüsebrühe ablöschen, die Sojasahne einrühren und Yaconsirup, Thymian sowie die Walnüsse dazugeben. Die Sauce 3 Min. auf mittlerer Hitze köcheln lassen, dann das Mandelmus einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Pasta über einem Sieb abgiessen und kurz abtropfen lassen. Dann auf zwei Teller verteilen, die Kräuterseitling-Walnussauce darauf anrichten und mit Petersilie bestreut geniessen.

### **Nährwerte pro Portion**

Kalorien: 738 kcal, Kohlenhydrate: 79 g, Eiweiss: 19 g, Fett: 36 g



### **Link zum Rezept**

<https://zdg.de/tagliatelle-mit-walnussauce.html>