

# Vegane Knoblauch-Kürbis-Pasta

## Einfach Delizioso!

Die Topstars der Saison haben es in sich und sind die perfekte Zutat für eine „Pasta con Herbst-Aroma“!

🌱 vegan ⌚ Zubereitungszeit: etwa 25–30 Min. ||| leicht



Bild: © Ariane Bille für BVE0

### Zubereitung

- Knoblauch schälen und fein hacken. Kürbis entkernen, Strunk und Stiel entfernen und grob würfeln.
- Öl in einem Topf erhitzen und Knoblauch mit Kürbis darin 5 Min. anbraten. Dann mit Wasser und Cashewnuss-Milch ablöschen und 10 Min. köcheln. Anschließend pürieren, Ajvar hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Pasta hinzufügen und etwa 10 Min garen, bis sie al dente ist.
- Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken.
- Kürbis-Pasta auf Teller geben, mit Olivenscheiben, Petersilie und frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen und genießen.

### Zutaten für 2 Personen:

- 2 Knoblauchzehen
- 450 g Hokkaido-Kürbis
- 2 EL Olivenöl
- 200 ml Cashewnuss-Milch
- 700 ml Wasser
- 1 TL frisch gemahlener Pfeffer
- 100 g Ajvar (aus dem Supermarkt oder selbstgemacht)
- 2 TL Salz
- 1 TL Pfeffer
- 300 g Pasta (z.B. Torchiette)
- 2 Stängel Petersilie
- 4 TL Oliven in Scheiben





Bild: © Ariane Bille für BVEO



Bild: © Ariane Bille für BVEO



Bild: © Ariane Bille für BVEO



Bild: © Ariane Bille für BVEO



Bild: © Ariane Bille für BVEO

Bitte beachten Sie: Veröffentlichung nur mit Quellennachweis „BVEO“ oder „Pressebüro Deutsches Obst und Gemüse“ an Bild und Text. Die angehängten Daten dürfen nur für Zwecke der Information über Obst und Gemüse verwendet werden. Eine Weitergabe an Dritte sowie die Veränderung des Datenmaterials ist nicht gestattet. Eine erneute Verwendung zu einem anderen Zeitpunkt oder Zweck bedarf einer erneuten Genehmigung durch das Pressebüro Obst und Gemüse. Wir freuen uns über ein Belegexemplar oder eine kurze E-Mail, wenn Sie unser Material nutzen.



Pressebüro deutsches Obst und Gemüse  
c/o Pretzlaw Communications  
Kaiserdamm 13  
14057 Berlin