

Spargel-Erbsen-Pasta mit Kräutern und Himbeeren

Frisch, grün und voller Frühlingsaromen: Diese Spargel-Erbsen-Pasta verbindet zarten weißen Spargel mit einer cremigen Kräutersauce – ein leichtes Saisongericht für die ersten warmen Tage.

🕒 Zubereitungszeit: etwa 30 Min. | vegetarisch | für 2 Personen



Bilder: © Ariane Bille für BVE0

Zubereitung

Knoblauch schälen und fein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch darin kurz anschwitzen. Die Erbsen hinzufügen und etwa fünf Minuten mitgaren.

Spinat und Kräuter waschen und zusammen in einen Mixer geben. Erbsen, Parmesan, Sahne, Zitronenschale sowie zwei bis drei Esslöffel Wasser hinzufügen und zu einer cremigen Sauce pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Spargel schälen, die holzigen Enden entfernen und die Stangen schräg halbieren. In einer Pfanne mit einem Esslöffel Olivenöl etwa acht Minuten bissfest garen.

Tagliatelle nach Packungsanweisung kochen. Anschließend mit der Erbsencreme vermengen und auf Tellern anrichten. Den Spargel darauf verteilen und das Gericht mit frischen Himbeeren garnieren.

Zutaten für 2 Personen:

- 1 große Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- 100 g TK-Erbsen
- 100 g Babyspinat
- 3 Zweige Basilikum
- 2 Zweige Minze
- 30 g Parmesan
- 150 ml Sahne
- Schale von ½ Bio-Zitrone
- Meersalz und Pfeffer
- 250 g weißer Spargel
- 120 g Tagliatelle
- 8 Himbeeren