

Spargel-Zitronen-Pasta mit Feta

Zubereitungszeit: 25 Minuten
Kalorien: 527 kcal

Zutaten für 2 Portionen

200 g Vollkorn-Spaghetti
3 EL Zitronenschale
3 TL Olivenöl
100 g Feta
150 g grüner Spargel
2 Knoblauchzehen
Salz
Pfeffer



Zubereitung:

Vollkorn-Spaghetti nach Packungsanleitung in kochendem Salzwasser bissfest garen und abgießen.

Zitronensaft, Zitronenabrieb und 2 TL Öl in einer Schüssel verrühren. Schafskäse zerbröseln, zugeben und kräftig verrühren. Mit Pfeffer würzen.

Spargel waschen, trocken tupfen und die holzigen Enden abschneiden. Spargel in etwa 2 cm lange Stücke schneiden. Knoblauch schälen und hacken.

1 TL Öl in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch darin 1–2 Minuten bei mittlerer Hitze anrösten. Spargelstücke zugeben und 2–3 Minuten mitbraten.

Spaghetti und Zitronen-Öl-Schafskäse-Masse in die Pfanne geben und bei geringer Hitze 2–3 Minuten erhitzen.

Mit Zitronensaft, Feta, Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen.

Kosten:

Feta	1,19 €
Spargel	4,99 €
Zitrone	0,99 €
Knoblauch	1,19 €
Vollkorn Spaghetti	1,79 €
Summe	10,15 €

