



MEIN GENUSS




Kichererbsen-Nudeln mit Basilikum Pesto




It's a match!

It's a match! Basilikum ist in der Kombination mit feinem Steinsalz ein vielseitiges Multitalent in der Küche

 Vorbereitung
15 min

 Niveau
Mittel

 Zubereitung
20 min

Zubereitung

- 1 Den Broccoli waschen, in kleine Röschen zupfen und für ca. 10 Minuten in Salzwasser kochen. Den Broccoli abschrecken und beiseite legen. Die Pilze mundgerecht schneiden und die Zwiebel würfeln.
- 2 Für das Pesto die Pinienkerne in einer Pfanne mit etwas Öl goldbraun rösten. Danach Pinienkerne, Basilikum, Petersilie, Zitronensaft, Walnüsse, Olivenöl, Knoblauch, Hefeflocken, Basilikumsalz und Pfeffer in einem Mixer fein pürieren. Das Pesto abschmecken und nach Bedarf mit etwas Zitronensaft oder Öl strecken.
- 3 Die Kichererbsennudeln nach Packungsanweisung al dente kochen und abschrecken.
- 4 Während die Nudeln kochen etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln glasig braten. Danach die Pilze anbraten und den Broccoli hinzugeben. Nun die Kichererbsennudeln in die Pfanne geben und alles zusammen kurz anbraten.
- 5 Zuletzt die Nudel-Gemüsepfanne auf einem Teller servieren und das Pesto großzügig über die Nudeln verteilen. Ein paar frische Basilikumblätter werden das Gericht optisch auf.

Zutaten

Für das Pesto:

- 1 Kräutertopf frisches Basilikum
- 1 Bund frische Petersilie
- 50 g Pinienkerne geröstet
- 1 EL Zitronensaft
- 50 g Walnüsse
- 8 TL hochwertiges Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Hefeflocken (optional anstelle von Parmesan für den "käsisigen" Geschmack)
- 0.5 TL Basilikumsalz
- 1 Prise Pfeffer

Für die Kichererbsennudeln und das Gemüse:

- 500 g Kichererbsennudeln
- 200 g Brokkoli
- 150 g Champignons
- 1 Zwiebel
- Pfeffer
- Salz

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt* auf deine nächste Bestellung.

*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 05.08.2025.