



Pasta mit Avocado

Schritte: 4

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten

4 Portionen

500 g Spaghetti (oder eine andere Pasta nach Wahl)	4	Avocados
4 EL Haferflocken	2	Knoblauchzehen
4 EL Limettensaft (ca. 1-2 Limetten)	6 EL	Olivenöl
Prise Salz		Pfeffer
etwas Pasta-Kochwasser	10 EL	Basilikum und/oder Koriander, frisch

Zubereitung

1. Die Spaghetti (oder Nudeln deiner Wahl) nach Packungsanweisung im Salzwasser kochen.
2. Avocados schälen und entkernen. In der Zwischenzeit für die Sauce Avocados, Knoblauchzehen, Haferflocken, Olivenöl, Limettensaft, etwas Pasta-Kochwasser und frische Kräuter im Mixer mixen.
3. Alternativ kann man die Avocado mit der Gabel zerkleinern, den Knoblauch pressen oder fein hacken, die Kräuter ebenfalls klein hacken und mit den anderen Zutaten vermischen.
4. Die Nudeln abgießen, in den heißen Topf zurück geben und mit der Sauce im Topf vermischen.

Nach Belieben auf die fertige Pasta Toppings nach Wahl geben:

- Cocktailtomaten, klein geschnitten
- 1-2 Frühlingszwiebeln, in feine Ringe geschnitten
- 2-3 EL Pinienkerne, in der Pfanne geröstet (ohne der Zugabe von Öl)
- Vegane Feta