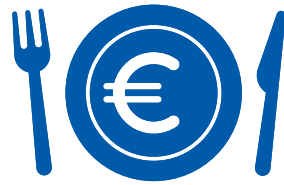




Hier geht es zum Video



Sparda-Bank



# Fonds-due

## FINANZEN À LA CARTE

Sparda-Bank Hannover × In Jack's Kitchen



## STUDI-SPAR-GERICHT: AVOCADO PASTA

4 Personen

20 Minuten

**400 g Pasta**  
**2–3 Avocados**  
**250 g Kirschtomaten**  
**1 Rote Zwiebel**  
**1 Frühlingszwiebel**  
**1 Knoblauchzehe**  
**2 EL Olivenöl**  
**2 EL Zitronensaft**  
**2 EL Mandemilch**  
**6–8 Blätter Basilikum**  
**3 EL Pinienkerne**  
**Chiliflocken, Salz und Pfeffer**  
**Optional:**  
 Etwas geriebener Parmesan

- 1 Die Nudeln nach Packungsanweisung „al dente“ kochen und  $\frac{1}{2}$  Tasse Nudelwasser abschöpfen. Die Avocados halbieren, entkernen und mithilfe eines Löffels das Fruchtfleisch von der Schale lösen.
- 2 Die rote Zwiebel und die Knoblauchzehe in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anrösten. Die Kirschtomaten für circa 3 Minuten hinzugeben. Anschließend die Pfanne vom Herd nehmen und zur Seite stellen.
- 3 Die Avocados mit einer Gabel zerdrücken und mit der Mandelmilch, 2 EL Zitronensaft und einer Prise Salz vermischen. Den Pfanneninhalt hinzufügen und mit einem Großteil der Basilikumblätter verrühren, bis sich eine cremige Soße ergibt. Die Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden und hinzugeben.
- 4 Die fertige Pasta mit der Avocado-Soße vermengen und mit dem Rest Basilikum, 1–2 Prisen Chiliflocken und den Pinienkernen garnieren. Nach Belieben Parmesan hinzugeben und mit etwas Olivenöl und frischem Pfeffer servieren.

*Wir wünschen euch einen guten Appetit!*