

Ofenspargel-Pasta mit Mozzarella

Materialkosten pro Person: 2,50€

Für 4 Personen:

Zutaten:

- 400g grüner Spargel
- 120ml Olivenöl
- 4 rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 TL Zucker
- 2 TL Salz
- 2 TL Pfeffer
- 2 EL Paprikapulver
- 2 TL Oregano
- 4 Handvoll Basilikum
- 140g geriebener Parmesan
- 300ml Gemüsebrühe
- 300ml Sahne
- 2 Mozzarella
- 500g Pasta

Rezept:

1. Den Ofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Spargel waschen und in grobe Stücke schneiden. Zwiebeln in Ringe schneiden. Knoblauch leicht andrücken. Das Olivenöl und die Gewürze in eine Ofenform geben und gut vermengen. Spargel, Zwiebel und Knoblauch dazugeben und verrühren. Mit der Hälfte des Parmesans bestreuen.
2. Im Backofen 20 Minuten backen. Derweil die Pasta al dente kochen.
3. Das Gemüse aus dem Ofen nehmen, ein paar Spargelstücke – gerne die Spitzen herausnehmen und den Rest – mit der Brühe, Sahne und Basilikum in einen Mixer geben und pürieren. Masse zurück in die Ofenform geben.
4. Die al dente gekochte Pasta zu der Soße geben und alles gut vermengen. Mit dem restlichen Parmesan bestreuen. Fünf Minuten im Ofen ziehen lassen. Herausnehmen, den Mozzarella und die Spargelstückchen hinzugeben und servieren.

Dazu passt gut ein großer gemischter Salat.

Fazit:

Schmeckt hervorragend, ist leicht zuzubereiten. Kinder können gut in alle Kochschritte eingebunden werden.