



# Spiirelli mit Tomaten-Pesto und Ricotta



DE-ÖKO-001



Lust auf CLASEN!

# SPIRELLI MIT TOMATEN-PESTO UND RICOTTA

## Zutaten für 2 Personen:

- 1 Knoblauchzehe
- 1 mittelgroße Tomate
- 70 g CLASEN BIO Tomaten (getrocknet)
- 65 ml Olivenöl
- 20 g CLASEN BIO Pinienkerne
- ½ Zitrone
- 20 g Parmesan
- 160 g Kichererbsen Spirelli
- 2 EL Ricotta
- Salz, Pfeffer
- 2 Stängel frische Minze oder Zitronenmelisse



## Zubereitung:

1. Knoblauch schälen und grob zerteilen. Tomate waschen, den Stielansatz entfernen und ebenfalls grob zerteilen. Beides mit den getrockneten Tomaten, Olivenöl und Pinienkerne im Blitzhacker pürieren. Die Zitrone auspressen und den Saft mit dem Parmesan zum Pesto geben. Kräftig durchrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Die Pasta nach Packungsanleitung bissfest kochen, abgießen und mit dem Tomaten-Pesto vermengen.
3. Spirelli auf zwei Teller portionieren, den Ricotta darauf verteilen und ein paar zerzupfte Minzblätter darüber streuen.

**Tip:** Je nach Marke kann Kichererbsen Pasta bereits in 5 Min. gekocht sein. Eine schnelle, eiweißreiche und glutenfreie Alternative zu herkömmlicher Pasta.

## Nährwerte pro Portion:

2933 kJ / 706 kcal, KH: 46 g, Fett: 44 g, EW: 22 g



vegetarisch



glutenfrei

[www.clasen-bio.de](http://www.clasen-bio.de)



**5 Min.**

Zubereitungszeit

Fertig in ca. 15 Min.