

FRÜHLINGSPASTA MIT SPARGEL UND BÄRLAUCHPESTO

Vorbereitungszeit 20 Min. | Kochzeit 10 Minuten | 2
Personen



Frühlingspasta mit Spargel und Bärlauchpesto schmeckt unglaublich gut und aromatisch. Auch optisch sieht dieses Gericht wunderschön aus. So schmeckt der Frühling, probiert es aus!

Schritt 1

Bärlauch und Blattpetersilie gut waschen und trocknen. Pinienkerne in einer [Pfanne*](#) ohne Öl anrösten. Anschließend abkühlen lassen. Bärlauch grob kleinschneiden und in einen Mixtopf geben. Blattpetersilie, Pinienkerne, Zitronenabrieb, Olivenöl, Parmesan, Salz und Pfeffer ebenfalls hinzufügen. Alles mit einem Pürierstab oder im Mixer zerkleinern und anschließend in eine Schüssel füllen.

Schritt 2

Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und gut salzen. Pasta hinzugeben und al dente kochen. Spargel schälen und die Enden minimal abschneiden. Danach schräge, nicht zu dünne Scheiben runterschneiden, ca. 0,5 cm dick. Die Spitzen halbieren bzw. vierteln.

Schritt 3

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Kirschtomaten waschen und halbieren bzw. vierteln. Spargel in die heiße Pfanne geben und für ca. 3-4 Minuten anbraten, bis er Farbe bekommen hat. Mit Salz sowie einer Prise Zucker würzen. Tomaten hinzugeben, kurz durchschwenken und die Hitze runterdrehen. Wenn die Pasta al dente ist, Pfanne nochmals erhitzen und die Pasta direkt aus dem Topf in die Pfanne füllen. Etwas Pastawasser hinzufügen. Hitze wieder ausstellen und Pesto in die Pfanne geben. Alles gut vermischen. Frühlingspasta mit Spargel und Bärlauchpesto auf einem Teller anrichten und mit Parmesan garnieren. Guten Appetit!

Lust auf Spargel bekommen? Dann darf eine gute, selbstgemachte [Sauce Hollandaise](#) nicht fehlen. Diese hier dauert nur 5 Minuten!

* Mit dem Kauf dieser Produkte bekomme ich eine kleine Provision. Ihr unterstützt damit meinen Kanal. Für euch bleibt der Preis allerdings gleich, es kostet also nicht mehr.

Meine Pfannen und Töpfe*:

Frühlingspasta mit Spargel und Bärlauchpesto

Tipps

Durch die Zugabe von Blatt Petersilie wird das Pesto optisch schöner, weil es grüner wird und zum anderen passt es auch geschmacklich sehr gut.

Zitronensaft nicht in das Pesto geben, da dies die Farbe des Pestos negativ beeinflusst.

Grüner Spargel muss nur am unteren Ende geschält werden.

Pesto lässt sich am besten in einem lichtundurchlässigen Glas (ggf. mit Alufolie umwickeln) für ca. eine Woche im Kühlschrank lagern. Darauf achten, dass die Pesto immer mit Öl bedeckt ist.

Rezept für 2 Personen:

- 250 g Pasta der Wahl
- 1 Bund Spargel
- etwas Olivenöl zum Braten
- 10 Kirschtomaten
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- eine Prise Zucker

Bärlauchpesto:

- 150 g Bärlauch
- 1 gute Handvoll Blatt Petersilie
- 30 g Pinienkerne
- etwas Abrieb einer unbehandelten Zitrone
- 100 ml Olivenöl (sollte die Pesto zu dick sein, einfach etwas mehr Öl dazugeben)
- 20-30 g Parmesan
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Wie gefällt dir das Rezept?

Klicken Sie auf einen Stern, um dieses Rezept zu bewerten!

Bewertung abgeben

Durchschnittliche Bewertung 5 / 5. Anzahl der Bewertungen 10

Bisher noch keine Bewertung! Seien Sie der Erste, der dieses Rezept bewertet.

[Meine Feierabendküche*](#)