

Cremige Soja-Pilz-Penne

mit Kirschtomaten und Mandeln



20-30min



2 Personen

Sojacreme ist eine vegane - und somit laktosefreie -, kalorienarme Alternative zu Schlagrahm aus Kuhmilch und dabei mindestens genauso cremig! Mit ihrem nussigen Aroma ist sie der perfekte Partner für dieses schnelle Pastagericht mit frischen Austernpilzen, fruchtigen Kirschtomaten, aromatischem Basilikum und gerösteten Mandelblättchen.

Was du von uns bekommst

- frisches Basilikum
- Austernpilze
- Sojarahm ¹
- Mandelblättchen ¹⁵
- Zitrone
- Kirschtomaten
- Knoblauchzehe
- Penne ¹

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Schwarzer Pfeffer
- Salz

Küchenutensilien

- Zitronenpresse
- Sieb
- Küchenreibe
- Kochtopf
- Pfanne

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

1. Gemüse vorbereiten

Die **Pilze** ggf. mit etwas Küchenkrepp oder einer Bürste säubern und in Schreifen schneiden oder zupfen. Die **Kirschtomaten** halbieren. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen und grob hacken. Den **Knoblauch** schälen und mit der Klinge eines großen Messers grob zerdrücken.

4. Pasta kochen

Sobald das Wasser kocht, die **Pasta** hineingeben und in 8-10Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen, kurz kalt abschrecken und abtropfen lassen.

2. Mandeln rösten

In einem großen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Mandelblättchen** in einer großen Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze vorsichtig 1-2Min. unter gelegentlichem Rühren goldbraun anrösten. **Vorsicht**, die **Mandeln** können schnell verbrennen. Die **Mandeln** zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

5. Sauce fertigstellen

Die **Kirschtomaten**, ca. **2TL Zitronenabrieb**, ca. **2/3 des Basilikums** und die **1/2 der Sojacreme** zu den **Pilzen** in die Pfanne geben und alles gut vermischen. **Tipp**: Wer mag, kann auch die ganze **Sojacreme** verwenden. Ca. **2/3 der Mandeln** mit den Fingerspitzen etwas zerkleinern und ebenfalls untermischen. Alles 2-3Min. leicht einkochen lassen.

3. Pilze anbraten

Die **Pilze** mit dem **Knoblauch** in derselben Pfanne mit 2EL Olivenöl bei starker Hitze 4-6Min. goldbraun anbraten, bis evtl. austretende Flüssigkeit verdampft ist.

6. Pasta unterheben

Die **Knoblauchzehe** aus der **Sauce** entfernen und die abgetropfte **Pasta** untermischen. Mit **1-2EL Zitronensaft**, Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Soja-Pilz-Penne** mit den **restlichen Mandelblättchen** und dem **restlichen Basilikum** garniert servieren.