

Pinke Barbie-Pasta



© Pinke Barbie-Pasta - Rezepte mit Herz



50 Min.



leicht



4 Portionen

Einfach, gesund und knallpink - Trendige Barbie-Pasta

Zwei TikTok-Trends, ein mega leckeres Ergebnis: Feta-Pasta meets Barbie - und das beste: Diese Pasta ist nicht nur gesund, lecker und genial pink, sondern auch noch mega günstig!

Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	250 g	Rote Bete
<input type="checkbox"/>	250 g	Zwiebel
<input type="checkbox"/>	2	Knoblauchzehen
<input type="checkbox"/>	20 g	Olivenöl
<input type="checkbox"/>	250 g	Feta
<input type="checkbox"/>	1	Bio-Zitrone
<input type="checkbox"/>		Salz, Pfeffer
<input type="checkbox"/>		einige Chiliflocken (optional)
<input type="checkbox"/>	400 g	Nudeln (z.B. Rigatoni oder Penne)
<input type="checkbox"/>		einige Blätter Basilikum und geriebener Parmesan zum Dekorieren

Zubereitung

1. Backofen auf 180 °C (160°C Umluft) vorheizen.
2. Rote Bete waschen, schälen (Achtung, Rote Bete färbt stark!) und vierteln. Zwiebeln abziehen und vierteln, Knoblauch abziehen. Alles auf ein kleines Backblech geben, mit Olivenöl beträufeln, salzen, pfeffern und einige Chiliflocken darübergerben. Mit einem Spatel alles kurz vermengen, Feta daraufgeben und im Ofen auf mittlerer Schiene ca. 20 Min. rösten.
3. In der Zwischenzeit die Nudeln nach Packungsanleitung in Salzwasser garen und abgießen. Dabei ca. 200 ml Pastawasser aufheben.
4. Ofengemüse und Feta mit dem Pastawasser in den Mixtopf geben und 1 Min./Stufe 6 mixen. Mit etwas Zitronensaft abschmecken und noch einmal 20 Sek./Stufe 6 pürieren.
5. Nudeln mit der Sauce mischen, mit einigen Blättern Basilikum und Parmesan garnieren.

Nährwertangaben

Pro Portion: ca. 585 kcal, 25 g E, 18 g F, 79 g KH