



Kürbis Pasta & Cheese Vegan



Was Du brauchst:

1 Hokkaido-Kürbis

400g Pasta

400ml Wasser

1 EL Gemüsebrühepulver/
paste

2 TL Salz

0,5 TL Pfeffer

1 Prise Muskat

300ml heißes Wasser

200g Cashew-Kerne

3 EL Hefeflocken

+ etwas Paprikapulver



MEHR REZEPTE UND NACHHALTIGE IDEEN FINDEST DU AUF
WWW.GRUEN-DEIN-LEBEN.DE





Kürbis Pasta & Cheese Vegan

Wie es geht:

1. Kürbis waschen, entkernen, klein würfeln und im Topf mit der Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer und Muskat gar köcheln (400 ml Wasser)
2. Pasta in Salzwasser al dente kochen
3. 300ml Wasser mit den Cashew Kernen und den 3 EL Hefeflocken klein pürieren, zu der Kürbismasse geben und alles zusammen nochmal gut glatt mixen. Mit Parikapulver, Salz und Pfeffer noch abschmecken.
4. Und zusammen mit den Nudeln servieren. □



MEHR REZEPTE UND NACHHALTIGE IDEEN FINDEST DU AUF
WWW.GRUEN-DEIN-LEBEN.DE