



CREMIGE APFEL-LINSEN-PASTA

200 g Tellerlinsen
Gemüsepaste
(alternativ -brühe)
1 große Zwiebel
200 g Staudensellerie
2 EL Öl zum Braten
200 ml Wasser
Salz
Pfeffer

- Linsen waschen und nach Packungsanleitung mit Gemüsepaste kochen.
- Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Sellerie in feine Stücke schneiden. Zwiebel und Sellerie in Öl anbraten und mit 200 ml Wasser ablöschen. 1/2 TL Salz und etwas Pfeffer hinzufügen und 10 Minuten köcheln lassen.

1/4 Bund Petersilie
3 Äpfel

- Die Petersilie waschen und fein hacken. Äpfel waschen, vierteln und in kleine Stücke schneiden.

500 g Spaghetti
200 g Sahne
Muskat
Zitronensaft

- In der Zwischenzeit die Spaghetti nach Packungsangabe kochen.
- Sellerie samt Kochflüssigkeit in Mixbehälter geben und Sahne hinzufügen. Alles fein pürieren und abschmecken.

-
- In eine Schüssel Spaghetti, Linsen, Äpfel und Petersilie geben und mit der Soße mischen. Abschmecken, servieren und mit Petersilie garnieren.
 - Tipp: Das Gericht eignet sich auch super als sommerlicher Salat, lauwarm serviert.

