Rote-Bete-Spaghetti mit Rucola und Schafsfeta

Kategorie: Nudelgerichte - Aufwand: gering - Preis: gering - für Gruppen: ja - vegetarisch: ja

200 g	Rote Bete
30,0 g	Rucola
50,0 g	Zwiebeln
1,0 EL	Butter
150 ml	Gemüsebrühe
3,0 EL	Kräuterfrischkäse
80,0 g	Schafsfeta
3,0 EL	Sonnenblumenkerne
200 g	Spaghetti

(Angaben für 2 Personen)



Dieses leckere Pasta-Gericht ist nicht nur schnell zubereitet, sondern auch farbenfroh. Besonders lecker ist es, wenn man die Sonnenblumenkerne vorher kurz in einer Pfanne ohne Fett röstet. Aber bei knapper Zeit schmeckt es auch ohne das gut.

Zubereitung

Die Rote Bete schälen und in feine Streifen schneiden. Den Rucola waschen und trocken schütteln. Die Zwiebel schälen und hacken. Die Butter in einer großen Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin goldgelb braten. Die Rote Bete dazugeben, kurz anbraten, die Brühe angießen und die Rote Bete darin bissfest garen.
Währenddessen die Spaghetti in kochendem Salzwasser garen und abgießen.
Den Frischkäse unter das Rote-Bete-Gemüse rühren. Die fertigen Spaghetti ebenfalls in die Pfanne geben und unterheben. Den Schafsfeta darüber bröckeln, die Rucolablätter darauf verteilen und alles mit den Sonnenblumenkernen bestreuen.