

Penne mit Avocado-Soße

Für 4 Personen brauchen Sie:

2 Karotten

1 Zucchini

1 unbehandelte Zitrone

2 Knoblauchzehen

1/2 Bund Basilikum

1 reife Avocado

400g Penne

Salz, Pfeffer

3EL Olivenöl

150g Schmand

1.

Nudeln nach Packungsanweisung kochen.

2.

Möhren und Zucchini putzen, schälen und in feine Streifen schneiden.

3.

Zitronenschale abhobeln, Knoblauch sehr fein würfeln.

4.

Fleisch der Avocado mit der Gabel zerdrücken.

5.

Basilikum grob hacken.

6.

Knoblauch, Möhren, Zucchini in der Pfanne andünsten, Avocado, Basilikum und Schmand hinzufügen.

7.

Die Soße abschmecken, Zitronenschale dazugeben.