

Zutaten

- 300 g Rote Bete
- 2 Knoblauchzehe(n)
- 0,5 TL Salz
- 1 EL Olivenöl
- 1 Zitrone(n), unbehandelt
- 3 Stängel Petersilie
- 40 g Tomaten, getrocknet in Öl
- 4 EL Kresseblättchen
- 400 g Spaghetti
- 20 g Butter
- 50 g Walnusskerne
- 100 g Fetakäse
- etwas Muskat
- 1 Prise MAGGI Würzmischung 2 Gemüse
 & helle Soßen

Zubereitung

- 1. Backofen auf 220°C Ober-/Unterhitze (190°C Umluft) vorheizen.
- 2. Rote Bete waschen und mit einer Gabel mehrmals einstechen. Knoblauchzehe(n) schälen und mit der Roten Bete auf eine Alufolie legen. Mit Salz und Olivenöl beträufeln und die Folie fest zusammenwickeln, damit es gut verschlossen ist. Anschließend in eine Auflaufform legen und im vorgeheizten Backofen 60 Min. garen.
- 3. In der Zwischenzeit: Zitrone(n) heiß abwaschen, die Schale abreiben und den Saft der halben Zitrone auspressen. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und hacken. Tomaten in Streifen schneiden. Kresse waschen und trockentupfen.
- 4. Spaghetti nach Packungsanweisung zubereiten, abgießen und dabei ca. 200ml des Kochwassers auffangen.
- 5. Die Rote Bete aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen, schälen und in Würfel schneiden. Rote Bete, Knoblauch, Tomaten, Zitronensaft und Schale, Petersilie und etwas Muskat mit einem Stabmixer zu einer cremigen Masse pürieren und mit MAGGI Würzmischung Nr. 2 Gemüse & helle Soßen abschmecken.
- 6. Butter in einer tiefen Pfanne zerlassen.
 Walnusskerne grob hacken und in der Butter rösten.
 Spaghetti, Rote Bete Creme und das Kochwasser zugeben, kurz aufkochen lassen und vermengen.
 Fetakäse mit den Händen zerkrümeln und mit Kresse auf der Pasta verteilen.

Kohlenhydrate 88 g

Energie 704 kcal

Fett 30 g Protein 22 g

