

Zutaten

- 40 g Pinienkerne
- 100 g Basilikum (frisch)
- 2 Knoblauchzehe(n)
- 40 g Parmesan, frisch gerieben
- 100 ml THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 2 TL Maggi Würze (125 g Flasche)
- 400 g Karotten
- 1200 g Rotkohl, frisch
- 300 g Spaghetti
- 1000 ml Rote Bete Saft
- 2 TL Backpulver
- 2 I Wasser

Zubereitung

- 1. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Basilikum waschen, Blättchen von den Stielen zupfen und klein schneiden. Hälfte des Knoblauchs schälen und durchpressen. Alles mit Parmesan und THOMY Reines Sonnenblumenöl mit dem Stabmixer pürieren. Mit MAGGI Würze abschmecken.
- Karotten putzen, waschen, schälen und mit einem Spiralschneider oder Sparschäler zu dünnen Nudeln schneiden.
- 3. Für dunkelrote Spaghetti: 700 ml Rote Bete Saft mit 300 ml Wasser mischen und im Topf zum Kochen bringen. 1/3 der Spaghetti dazugeben und nach Packungsanweisung kochen. Für hellrote Spaghetti: 300 ml Rote Bete Saft mit 700 ml Wasser mischen und im Topf zum Kochen bringen. 1/3 der Spaghetti dazugeben und nach Packungsanweisung kochen. Für lila/bläulichen Spaghetti: Rotkohl putzen, waschen, den Strunk entfernen und in grobe Streifen schneiden. Rotkohl in einen Topf geben, kurz anbraten und mit der Hälfte des Wassers ablöschen. Köcheln lassen bis sich das Wasser lila-bläulich färbt. Rotkohl abgießen, Flüssigkeit auffangen und erneut aufkochen. 1/3 der Spaghetti dazugeben und nach Packungsanweisung kochen. Währenddessen das Backpulver in kleinen Mengen, bis zur gewünschten Farbigkeit, dazugeben.
- 4. Hälfte des Knoblauchs schälen und durchpressen. In einer Pfanne 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl erhitzen und bunte Spaghetti hinzugeben und durchmengen. Anschließend die Karotten-Spaghetti und Knoblauch dazugeben, vermengen und 2 Min. anbraten.
- 5. Mit Hilfe eines Spritzbeutels oder einer Gabel das Pesto in kurze Striche formen. Die Spaghetti zwirbeln

und neben dem Pesto auftürmen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate 94 g

Energie 785 kcal

Fett 33 g Protein 25 g 40 Minuten

4 Portionen