

Bandnudeln auf Walnussauce

- 200 g Walnusskerne (etwa 500 g in der Schale)
- 1/2 Tl. Salz
- weißer Pfeffer
- 10 frische Basilikumblätter
- 1/2 Knoblauchzehe
- 2-3 El. Sahne
- 1/4 l Olivenöl
- 400 g Bandnudeln

Walnusskerne fein zerstoßen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Basilikumblätter und die zerdrückte Knoblauchzehe zugeben und alles zu einer glatten Paste verarbeiten. Nach und nach die Sahne darunter rühren. Die Walnussmasse in eine große Schüssel geben und tropfenweise das Olivenöl unterrühren. Das muss ganz langsam geschehen, weil die Sauce sonst gerinnen könnte. Die Bandnudeln kochen und kalt abbrausen. Die kalte Sauce dazu servieren und mit gehackten Basilikumblättern (Petersilie) bestreuen.

- Extra-Tipp
Eine schlankere Version: 1 Pfund Zucchini in 2-3 mm dicke Scheiben schneiden, in Öl portionsweise 6 Minuten braten. Danach feingehackten Knoblauch und Zwiebel dünsten, mit Salz, Pfeffer würzen. Basilikum und Petersilie (1-2 Tl) frisch und kleingehackt noch 2 Minuten mitbraten und mit Zucchini unter die Nudeln mischen.