



### Rote-Bete-Spaghetti

mit Pesto und Räuchertofu (vegan, für 4 Personen)

#### Zutaten

1,5 kg frische Rote Bete  
1 Bund Basilikum  
Saft einer ½ Zitrone  
1 Knoblauchzehe  
80 g Sonnenblumenkerne  
200 g Räuchertofu  
60 g Olivenöl  
1 EL Olivenöl  
1 EL Meersalz  
Salz  
Gemahlene Pfeffer  
Spiralschneider, um die Spaghetti abzdrehen  
1 Paar Einweghandschuhe



#### Zubereitung

Zunächst die Rote Bete schälen, dabei am besten die Einweghandschuhe anziehen. Dann die Rote Bete mit Hilfe des Spiralschneiders zu Spaghetti verarbeiten. In einem großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Rote-Bete-Spaghetti darin 3 bis 5 blanchieren. Sie sollten noch Biss haben. Nun die Spaghetti in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben, um sie etwas runter zu kühlen, so dass sie nicht zu weich werden.

Für das Pesto den Basilikum, die Sonnenblumenkerne, das Olivenöl, den Zitronensaft, die Knoblauchzehe, das Meersalz und den Pfeffer in einen Mixer geben und kräftig durchmischen.

Dann den Räuchertofu in mundgerechte Stücke schneiden, die Rote-Bete-Spaghetti abgießen, alles in eine warme Pfanne mit einem EL Olivenöl geben und für etwa 5 bis 7 Minuten anbraten. Nochmals abschmecken und gegebenenfalls etwas nachwürzen.

Zum Anrichten die Rote-Bete-Spaghetti in einen Pasta Teller geben, das Pesto darauf verteilen und mit einem Blatt Basilikum ausgarnieren.

Das Herzblut St. Pauli Küchenteam wünscht einen guten Appetit!

