

GENUSSIDEE

Kürbiskernpesto-Pasta mit Ofentomaten

Pasta mit nussigem Kürbiskernpesto und süß gerösteten Kirschtomaten aus dem Ofen.



Vorbereitung: 15 Min. | Zubereitung: 25 Min. | Menge: 4 Portionen | Schwierigkeit: Einfach

Steirisch | Vegetarisch | Gemüse | Backofen | Pfanne & Topf

Zutaten

- 400 g Pasta
- 500 g Kirschtomaten
- 2 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer
- 80 g geröstete Kürbiskerne
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 50 g geriebener Hartkäse oder Hefeflocken
- 1 Bund Basilikum oder Petersilie
- 100 ml Olivenöl
- 1 EL Zitronensaft
- Etwas Pastawasser

Nährwerte & Allergene pro Portion

806 kcal

Kalorien

44,8 g

Fett

23,5 g

Eiweiß

79,5 g

Kohlenhydrate

Allergene:

Glutenhaltiges Getreide, Milch; bei Hefeflocken statt Käse entfällt Milch.

Die Werte sind geschätzte Richtwerte pro Portion und können je nach Marke, Zubereitung, optionalen Zutaten und tatsächlicher Portionsgröße abweichen.

Zubereitung

1

Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

2

Kirschtomaten mit 2 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer auf einem Blech vermengen und etwa 20 Minuten rösten.

Zubereitung - Fortsetzung

3

Pasta in Salzwasser bissfest kochen und etwas Kochwasser auffangen.

4

Kürbiskerne, Knoblauch, Käse oder Hefeflocken, Kräuter, Olivenöl und Zitronensaft zu einem groben Pesto mixen.

5

Pesto mit etwas Pastawasser cremig rühren und mit der heißen Pasta vermengen.

6

Ofentomaten vorsichtig unterheben und sofort servieren.

GÖNN-DIA-Tipp

Für eine vegane Variante Hefeflocken statt Hartkäse verwenden.

Rezeptidee: GÖNN DIA Redaktion

Aktuelle Rezeptseite: <https://www.goenndia.at/rezepte/kuerbiskernpesto-pasta-mit-ofentomaten/>

Stand: 05.08.2026