Spaghetti Primavera

Zutaten für 4 Personen

2 Knoblauchzehen	schälen und fein hacken.
2 Karotten	schälen, der Länge nach halbieren, schräg in feine Scheiben schneiden.
10 Kirschtomaten	waschen und vierteln.
200 g Brokkoli	waschen, putzen und in kleine Röschen teilen.
1 rote Paprika	waschen, zuerst in mittel-breite Streifen, dann in Rauten schneiden.
1 EL Olivenöl	in einer großen Pfanne erhitzen. Den Knoblauch darin andünsten. Die Karotten zugeben, kurz mitbraten. Als nächstes den Brokkoli zugeben ebenfalls kurz anbraten. Dann die Paprika zugeben und ebenfalls kurz anbraten. Die Herdplatte ausschalten
1 Msp. Cayenne-Pfeffer	einrühren und alles mit
Salz und Pfeffer	abschmecken. Auf der ausgeschalteten Herdplatte ziehen lassen.
400 g Spaghetti	nach Packungsanweisung al dente kochen. In der Zwischenzeit in einem Topf
200 g Ricotta	mit
125 ml Milch	verrühren.
50 g Parmesan	frisch reiben und zufügen.
2 EL gehackten Basilikum	
1 EL gehackten Schnittlauch	und
2 EL gehackte Petersilie	zufügen, aufkochen und unter Rühren ca 4 Minuten köcheln lassen, bis die Soße etwas andickt. Mit
Salz und Pfeffer	abschmecken.
75 g Erbsen tiefgekühlt	5 Minuten vor Kochzeitende zu den Spaghetti geben und mitkochen. Dann die Nudeln in ein Sieb schütten und gut abtropfen lassen. Zurück in den Topf geben und mit dem Gemüse und der Soße gut mischen. Auf vorgewärmten Tellern anrichten und servieren.

Tipp: Beim Gemüse sind keine Grenzen gesetzt. Probiert mal grünen oder weißen Spargel, Zuckerschoten…