

Pasta mit rauchigem Ofen-Lauch

Einfach, weil Lauch so viel mehr kann als Suppengemüse, auch zur kalten Jahreszeit regional erhältlich ist und mit Röstzwiebeln und Schnittlauch getoppt einfach gigantisch gut schmeckt. 🍷

(2 Portionen)

- 1) 2 Stangen Lauch gründlich waschen, die Wurzeln und den dunkelgrünen Teil abschneiden, halbieren, nochmals spülen, trocken tupfen und mit reichlich Olivenöl und Salz eingerieben bei 180 Grad Umluft 20 Minuten im Ofen backen.
- 2) Währenddessen 200 g Hartweizenpasta in reichlich gesalzenem Wasser bissfest kochen und die dunkelgrünen Lauchreste in feine Streifen schneiden.
- 3) 30 g vegane Butter in einer Pfanne schmelzen und die Lauchringe darin 2-3 Minuten anbraten. 1-2 Knoblauchzehe(n) dazu pressen.
- 4) 1,5 EL Mehl über den Lauch pudern und 350 ml Pflanzendrink aufgießen. Gut verrühren. Dann 1 EL Mandelmus, 2-3 EL Hefeflocken und 1 TL scharfen Senf hinzugeben. Béchamel salzen und pfeffern und mit etwas von dem Kochwasser der Pasta cremig verrühren. Mit Zitronensaft und Salz abschmecken.
- 5) Die oberste Schicht des gebackenen Lauchs entfernen und die Stangen mit einer Gabel in feine Streifen ziehen.
- 6) Pasta, Soße und Lauch vermengen und mit Röstzwiebeln und Schnittlauch getoppt heiß genießen. . .

