2B

Pasta Pesto mit Kalbsschnitzel

Zubereitungszeit
30 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

1. Die Penne gemäß der Anleitung auf der Verpackung kochen. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und das Kalbsschnitzel von beiden Seiten anbraten. Anschließend in Alufolie ruhen lassen. Das restliche Öl in einem Wok erhitzen und Knoblauch und Zwiebel andünsten. Die Penne abgießen, zusammen mit dem Pesto und den Kirschtomaten in die Pfanne geben und kurz bei hoher Hitze braten. Den Zitronensaft unterrühren und mit Pfeffer und Salz abschmecken. Mit dem Kalbsschnitzel, Basilikumblättern, Pinienkernen und Parmesankäse garnieren.

Zutaten

- [ ] 1 Beutel PS. food & lifestyle penne
- [ ] 40-50 g Kalbsschnitzel in Scheiben
- [ ] 100 g Kirschtomaten, halbiert
- [ ] ½ Zwiebel, gewürfelt
- [ ] 1 EL Parmesankäse, gerieben
- [ ] 2 EL Olivenöl
- [ ] 1 Knoblauchzehe, gepresst
- [ ] 1 EL Zitronensaft
- [ ] 1 EL grünes Pesto
- [ ] 1 EL Pinienkerne
- [ ] Frisches Basilikum
- [ ] Pfeffer und Salz

Nährwerte pro Person

Energie	**591 kcal**
Kohlenhydrate	**17 g**
Fett	**39 g**
Ballaststoffe	**6 g**
Eiweiß	**40 g**