



## Arti (-Geschockte) Pasta mit Garnelen

★★★★★

*Pasta*

**Vorbereitungszeit:** 10 Min. **Kochzeit:** 20 Min. **Gesamtzeit:** 30 Min.

**Schwierigkeitsgrad:** Leicht **Portionen:** 4 portion(en) **Quelle:** malteotten.de

### ZUTATEN

1 Dose Artischockenherzen  
1 m.-große Zwiebel(n) oder 2 Schalotten  
20 m.-große Garnele(n) oder Cocktailshrimps  
4 Knoblauchzehe(n)  
30 g Butter  
25 g Mehl  
350 ml Gemüsebrühe  
100 ml Sahne, Crème fraîche, Crème légère oder Schmand  
50 ml Weißwein oder ohne Weißwein, dafür insgesamt 400 ml Gemüsebrühe  
100 g Käse, geriebener  
1 EL Limettensaft oder Zitronensaft  
Salz und Pfeffer  
250 g Spaghetti  
2 EL Öl  
½ Bund Dill, frischer, gehackt  
1 Limette(n)  
etwas Pfeffer, grober  
Fett für die Auflaufform

### ZUBEREITUNG

Die Artischockenherzen abtropfen lassen und halbieren, evtl. vierteln, die Zwiebeln und Knoblauchzehen fein hacken.

Die Zwiebel in der Butter glasig anbraten, mit dem Mehl bestäuben und kurz durchrösten, dann mit Gemüsebrühe, Sahne und Wein unter Rühren ablöschen und aufkochen lassen. Den Käse unterrühren und die Sauce mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken.

Nun die Nudeln nach Packungsanweisung bissfest garen.

Die Garnelen waschen (evtl. entdarmen), trocken tupfen und in heißem Öl 3-4 Minuten braten, dann Artischocken und Knoblauch dazu geben, 1-2 Minuten durchschwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Nudeln abgießen, mit der Sauce vermengen und in eine gefettete Auflaufform geben. Die Garnelen-Artischocken-Mischung darauf verteilen und alles bei 180°C Umluft 10-25 Minuten überbacken.

Vor dem Servieren mit Dill, Limettenscheiben und grobem Pfeffer bestreuen.