



Κρεμώδης λεμονάτη μακαρονάδα με κολοκυθάκια & σπαράγγια

Μερίδες: 4 **Χρόνος προετοιμασίας:** 10 λεπτά **Χρόνος μαγειρέματος:** 20 λεπτά

Υλικά:

500 γρ. ριγκατόνι ή κοντό ζυμαρικό της επιλογής μας
1 ξερό κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
4 φρέσκα κρεμμυδάκια, σε ροδέλες
2 μέτρια κολοκυθάκια, κομμένα σε λεπτά στικς
450 γρ. σπαράγγια, κομμένα σε μεσαία κομμάτια
2 σκελίδες σκόρδο, τριμμένες
100 ml λευκό κρασί
250 ml φυτική κρέμα μαγειρικής
1 κ.σ. διατροφική μαγιά, ή τριμμένο αλμυρό τυρί της επιλογής μας
ξύσμα & χυμό από 1 ακέρωτο λεμόνι
4-5 φύλλα φρέσκου βασιλικού, ψιλοκομμένα
ελαιόλαδο
αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Υλικά για σερβίρισμα:

ξύσμα από 1 ακέρωτο λεμόνι
3-4 φύλλα φρέσκου βασιλικού, ψιλοκομμένα

Εκτέλεση

- 1) Γεμίζουμε μια κατσαρόλα για τα ζυμαρικά με μπόλικο νερό, αλατίζουμε καλά και βάζουμε να βράσει.
- 2) Σε ένα βαθύ τηγάνι ζεσταίνουμε 4 κ.σ. ελαιόλαδο και σοτάρουμε το κρεμμύδι και τα φρέσκα κρεμμυδάκια σε μέτρια φωτιά για 5-6 λεπτά. Προσθέτουμε τα κολοκυθάκια, τα σπαράγγια, αλατοπιπερώνουμε και σοτάρουμε για άλλα 7-8 λεπτά ή μέχρι να μαλακώσουν. Ρίχνουμε το σκόρδο, σοτάρουμε για ακόμη 1-2 λεπτά και σβήνουμε με το κρασί, αφήνουμε να σιγοβράσει μέχρι να εξατμιστεί το αλκοόλ.



- 3) Λίγο πριν ετοιμαστούν τα κολοκυθάκια, ρίχνουμε τα ζυμαρικά στην κατσαρόλα, τα ανακατεύουμε και αφήνουμε να βράσουν για 1 λεπτό λιγότερο από τον μικρότερο χρόνο της συσκευασίας.
- 4) Προσθέτουμε στο τηγάνι με τα κολοκυθάκια την κρέμα και το ξύσμα λεμονιού, χαμηλώνουμε τη φωτιά και σιγοβράζουμε για 2 λεπτά. Προσθέτουμε την διατροφική μαγιά ή το τυρί και όταν βράσουν τα ζυμαρικά τα ρίχνουμε κατευθείαν στο τηγάνι μαζί με 100 ml από το νερό τους (περίπου 3-4 κ.σ.), τον χυμό λεμονιού και τον βασιλικό, ανακατεύοντας απαλά για 1 λεπτό να απλωθεί ομοιόμορφα η σάλτσα. Αν είναι πολύ πηχτή, προσθέτουμε λίγο ακόμα από το νερό των ζυμαρικών.
- 5) Αποσύρουμε από τη φωτιά και σερβίρουμε αμέσως με λίγο επιπλέον ξύσμα λεμονιού και ψιλοκομμένο βασιλικό.