

Two simple line-drawn stick figures are holding up a large, curved banner. The banner is light gray with black text. The figures are also simple line drawings with circular heads and thin bodies. The banner is held at the ends by the figures' hands.

# GSUND und GUAD

mit LIMA durch die Fastenzeit

## Bandnudeln mit Bärlauch Pesto

¼ kg Bandnudeln  
2 Hände voll frischem Bärlauch  
2 Zehen Knoblauch  
etwas Olivenöl  
Salz  
Parmesan zum Bestreuen

Die Nudeln im Salzwasser al dente kochen.  
Den Bärlauch sehr fein schneiden, Knoblauch durch die Presse drücken. Bärlauch, Knoblauch, Olivenöl und Salz zusammenmischen. Nudeln anrichten, Pesto über die Nudeln geben und Parmesan darüber streuen.

*Mahlzeit, Maria Wolf*