

Fusilloni mit Spitzkohl



Rezept: 0070

Liste: 6.5. Pasta

Kategorie:

Nudeln, Gemüse

Quelle:

CookBack

Rezeptbeschreibung

Als erstes die Pinienkerne, Pistazien, Mandeln, Pfeffer und Rosa Beeren in einer Pfanne ohne Öl rösten, aber nicht zu dunkel werden lassen. Wasser mit ausreichen Salz für die Nudeln zum Kochen bringen. Die Nudeln bissfest nach der Packungsanleitung kochen. Den Spitzkohl säubern, den Strunk entfernen und in Streifen schneiden. Nun den Spitzkohl in eine Schüssel geben mit Salz bestreuen und das Salz durch Kneten mit dem Spitzkohl vermischen, dann beiseitestellen. Die geröstete Mischung in einem Mörser füllen und zerkleinern. Den Gemüsefond mit der Sahne und dem Creme fraiche zum Kochen bringen. Die Mischung aus dem Mörser ebenfalls hinzufügen. Wenn alles ein wenig aufgekocht hat mit Balsamico, Muskat, Zitronenabrieb sowie Essig abschmecken und die Hälfte des Parmesans mit hinzugeben. Wer mag gibt noch ein wenig von dem Chili dazu. Alles gut vermengen und weiterhin auf kleiner Flamme warmhalten. Olivenöl in einer ausreichend großen Pfanne erhitzen und den Spitzkohl darin anbraten. Nach kurzer Bratzeit die Sahne Mischung zugeben und eine wenig des Nudelwasser. Alles bei geringerer Hitze weiter dünsten lassen. Wenn die Nudeln gar sind diese in ein Sieb abgießen und mit in die Pfanne zum Kohl geben. Das ganze noch eine wenig weiter dünsten, bis die Sahne Mischung eine cremige Konsistenz angenommen hat. Auf Teller füllen mit dem Parmesan und der Minze bestreuen. Nun viel Spaß beim Essen.

Zutatenliste für 2 Personen

- $\frac{1}{2}$ Spitzkohl klein
- 200 g Fusilloni Nudeln
- 30 g Parmesan gerieben
- 1 Zitrone Bio, Abrieb
- 100 ml Sahne
- 100 ml Gemüsefond
- 1 EL Pinienkerne
- 2 EL Pistazien, nicht geröstet
- 1 EL Mandelstifte
- 2 EL Creme fraiche
- 1 TL Balsamico hell
- $\frac{1}{2}$ TL Pfeffer schwarz ganz
- $\frac{1}{2}$ TL Rosa Beeren
- 2-3 Zweige Minze gehackt
- Olivenöl
- Salz, Pfeffer, Muskat
- Chili aus der Mühle