Rezept

Nuss-Kraut-Nudeln

Ein Rezept von Nuss-Kraut-Nudeln, am 28.04.2024

Zutaten

100 g	Vollkornnudeln
350 g	Weißkohl oder Spitzkohl
2 EL	Rapsöl
1	Zweig Thymian
50 g	Frischkäse
	Salz
50 g	Walnusskerne
	Pfeffer
1 EL	milder Senf

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 1 KINDER- UND 1 ERWACHSENENPORTION | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 695 kcal

Zubereitung

1. Die Nudeln in reichlich Salzwasser nach Packungsangabe garen, abgießen und abtropfen lassen.

2. Den Weißkohl waschen und mit einem großen Messer in schmale Streifen schneiden.

3. Die Walnüsse zerbrechen oder grob hacken und in einer beschichteten Pfanne braten bis sie duften. Das Öl zugeben und den Weißkohl darin andünsten. Mit 50 ml Wasser ablöschen und Salz, Pfeffer und Thymian dazugeben. Zugedeckt etwa 10 Min. garen.

4. Wenn der Kohl gar ist, Thymian entfernen und das Gemüse mit Senf und Frischkäse abschmecken. Die Nudeln kurz darin erhitzen und zu Tisch geben.