Rezept

Schnelle Bärlauch-Pasta

Ein Rezept von Schnelle Bärlauch-Pasta, am 27.04.2024

Zutaten

	Salz
100 g	Pecorino
500 g	rote und grüne Mini-Tomaten
4 EL	Olivenöl
1 TL	Chiliflocken
50 g	schwarze Oliven (mit Stein)
120 g	Bärlauch
4	Frühlinsgzwiebeln
350 g	Nudeln (z. B. Fagiolini oder Penne)
2 TL	Fenchelsamen
2 TL	Kapern
100 g	Sahne

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 620 kcal

Zubereitung

1. In einem großen Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Den Bärlauch waschen und trocken schleudern. Die Blätter nach Belieben ganz lassen oder in breite Streifen schneiden. Den Pecorino fein reiben. Die Frühlingszwiebeln putzen und waschen, das dunkle Grün abschneiden. Das helle Grün und den weißen Teil fein hacken. Die Tomaten waschen und nach Belieben die Stielansätze herausschneiden.

2. Die Nudeln im Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen. Inzwischen in einer Pfanne das Olivenöl erhitzen, die Tomaten mit Fenchelsamen und Chiliflocken darin 3-4 Min. braten. Die Frühlingszwiebeln ca. 2 Min. mitbraten. Kapern, Oliven und Sahne hinzufügen. Die Tomaten-Sahne-Mischung in einen großen Topf geben und warm halten.

3. Die Nudeln in ein Sieb abgießen. Mit dem Bärlauch zur Tomaten-Sahne-Mischung geben und unterheben. Die Nudeln in tiefen Tellern anrichten und mit Pecorino bestreut servieren.