

Rezept

Bandnudeln mit Wirsing

Ein Rezept von Bandnudeln mit Wirsing, am 15.12.2025

Zutaten

400 g Wirsingblätter	2 Schalotten
5 EL Olivenöl	2 TL Kümmelsamen
200 ml Gemüsebrühe	Salz
400 g Bandnudeln	100 g roher Schinken in dünnen Scheiben
1 Bio-Zitrone	schwarzer Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 665 kcal

Zubereitung

1. Die Wirsingblätter waschen, den harten Strunk aus der Mitte herausschneiden. Wirsingblätter längs halbieren, dann quer in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Schalotten schälen, vierteln und in feine Streifen schneiden. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin mit dem Kümmel andünsten. Den Wirsing dazugeben und kurz mitdünsten. Die Brühe dazugießen und den Wirsing zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze in ca. 15 Min. bissfest dünsten.
2. Für die Nudeln reichlich Wasser zum Kochen bringen und salzen. Die Nudeln darin nach Packungsangabe bissfest kochen. Inzwischen den Schinken in feine Streifen schneiden. Die Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben und in einer vorgewärmten Schüssel mit dem Schinken und dem restlichen Olivenöl mischen und pfeffern.
3. Die Nudeln abgießen und mit dem Wirsing zu den Schinkenstreifen in die Schüssel geben. Alles gut mischen und heiß servieren.