

Rezept

## Blumenkohl-Käse-Pasta

Ein Rezept von Blumenkohl-Käse-Pasta, am 28.06.2026

### Zutaten

<b>1</b> kleinen Blumenkohl (400– 500 g)	<b>100 ml</b> Milch
Salz	<b>150 g</b> Nudeln (z. B. Hörnchen oder Spirelli)
<b>1 Handvoll</b> Petersilienblätter (oder Pimpinelleblätter)	<b>100 g</b> Gorgonzola

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 260 kcal

### Zubereitung

1. Den Blumenkohl waschen, putzen und in kleine Röschen teilen. 500 ml Wasser mit Milch und Salz in einem Topf mischen. Blumenkohlröschen und Nudeln zugeben, aufkochen und in ca. 10 Min. knackig garen. Blumenkohl und Nudeln in ein Sieb abgießen und ca. 100 ml Kochwasser auffangen. Die Petersilienblätter waschen, trocken tupfen und fein hacken. Das Kochwasser aufkochen und den Gorgonzola darin schmelzen lassen. Die Blumenkohl-Nudel-Mischung und Petersilie unterziehen und servieren.