

Rezept

Farfalle mit dicken Bohnen, Ricotta und Minze

Ein Rezept von Farfalle mit dicken Bohnen, Ricotta und Minze, am 24.03.2023

Zutaten

320 g Farfalle	400 g Dicke Bohnen (TK oder frisch, dann gepult)
100 g Schafsricotta	1 Zehe Knoblauch
1 Bio-Zitrone	einige Stängel frische Minze
Salz	Olivenöl

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

Zubereitung

1. Die dicken Bohnen aus den Schoten pulen und in kochendem, gesalzenem Wasser für ca. 3 Minuten blanchieren. In einem Sieb abgießen und direkt kalt abschrecken, damit sie ihre intensiv grüne Farbe behalten. Gegebenenfalls das feine Häutchen, das die Bohnen umhüllt, abziehen – es kann eine bittere Note haben.
2. Die Pasta al dente kochen.
3. Olivenöl und ganze Knoblauchzehe in einer tiefen Pfanne erhitzen, damit das Öl das Aroma des Knoblauchs annimmt. Zehe entfernen.
4. Die Farfalle mit einer Schaumkelle zusammen mit den Bohnen in die Pfanne geben. Grob zerkrümelten Schafsricotta, gehackte Minze, frisch gemahlener Pfeffer und Zitronenzeste dazugeben.
5. Alles gut durchschwenken, gegebenenfalls mit Salz abschmecken. Auf Tellern anrichten und mit ein paar zerzupften Minzblättern und Zitronenzeste garnieren.