

Rezept

Kichererbsen-Fusilli mit Paprika-Caprese

Ein Rezept von Kichererbsen-Fusilli mit Paprika-Caprese, am 15.12.2025

Zutaten

150 g	Kichererbsen-Spirelli (ersatzweise 200 g herkömmliche Spirelli)		Salz
		150 g	gehäutete Paprika (selbst gemacht, aus dem Glas oder vom italienischen Feinkostladen)
50 g	Sahne	1 Msp.	Harissa
125 g	Büffelmozzarella	2 Zweige	Minze
2 EL	Pinienkerne		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 655 kcal, 35 g F, 25 g EW, 50 g KH

Zubereitung

1. Die Fusilli in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen.
2. Inzwischen die Paprika abtropfen lassen und würfeln. Mit der Sahne fein pürieren und in einem Topf erwärmen. Die Paprikacreme mit Harissa und Salz abschmecken. Den Mozzarella abtropfen lassen und würfeln. Die Minze waschen und trocken schütteln, die Blättchen in kleine Stücke zupfen oder in feine Streifen schneiden. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett unter Rühren goldgelb rösten.
3. Die Fusilli abgießen, abtropfen lassen und mit der Paprikacreme verrühren. Die Nudeln auf zwei Teller oder Schalen verteilen. Mit Mozzarella, Minze und Pinienkernen bestreuen und sofort servieren.