Rezept

Kürbispasta mit Kapernvinaigrette

Ein Rezept von Kürbispasta mit Kapernvinaigrette, am 08.10.2026

Zutaten

FÜR DIE VINAIGRETTE:

- **2** Frühlingszwiebeln
- **2 EL** Olivenöl
- Salz
- **2 EL** Kapern (aus dem Glas)
- **2 EL** Sherryessig
- schwarzer Pfeffer

FÜR DIE KÜRBISPASTA:

- **400 g** Kürbis (Hokkaido oder Butternut; geputzt gewogen)
- **250 g** Pasta (zum Beispiel Farfalle)
- **1 EL** neutrales Pflanzenöl
- Salz

AUßERDEM:

- weite Pfanne mit Deckel
- **4 EL** firsch geriebener Parmesan zum Bestreuen

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 670 kcal

Zubereitung

1. Für die Kapernvinaigrette die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Die Kapern grob hacken und in der Nudelschüssel mit den Frühlingszwiebelringen, dem Olivenöl und dem Sherryessig verrühren. Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Kürbis putzen und von Kernen und faserigem Innenleben befreien. Butternutkürbis schälen, Hokkaidokürbis nur waschen. Das Kürbisfruchtfleisch in 2-3 cm große Würfel schneiden.

3. In einer weiten Pfanne das Olivenöl erhitzen, dann die Kürbiswürfel dazugeben, salzen und bei schwacher bis mittlerer Hitze zugedeckt in 10-12 Min. weich dünsten, dabei mehrmals umrühren und, falls zu viel Flüssigkeit verdampft, 1-2 EL Wasser dazugeben.

4. Inzwischen in einem großen Topf reichlich Wasser aufkochen und salzen. Die Nudeln im sprudelnd kochenden Wasser nach Packungsangabe bissfest garen, dann abgießen und abtropfen lassen.

5. In der Nudelschüssel die Pasta und die Kürbiswürfel mit der Kapernvinaigrette mischen. Sofort mit dem geriebenen Käse servieren.