

Rezept

Pappardelle mit Wildpilz-Tomaten-Sugo

Ein Rezept von Pappardelle mit Wildpilz-Tomaten-Sugo, am 27.04.2024

Zutaten

Für den Cashew-»Parmesan«

40 g Cashewkerne	½ kleine Knoblauchzehe
1 EL Hefeflocken	Salz
Pfeffer	

Für Nudeln und Sugo

2 1/2 kleine Knoblauchzehen	1 Schalotte
300 g vollreife kleine Tomaten	1 kleines Bund Basilikum
2 Zweige Thymian	1 Zweig Oregano
200 g Waldpilze (z. B. Pfifferlinge, Maronen und Steinpilze)	200 g Pappardelle (ersatzweise Tagliatelle)
6 EL Olivenöl	1 Schuss veganer Weißwein (nach Belieben)
½ EL Agavendicksaft	150 ml Gemüsebrühe
2 EL Sojasahne	Pfeffer
Rohrohrzucker	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 905 kcal, 44 g F, 23 g EW, 98 g KH

Zubereitung

1. Für den »Parmesan« die Cashewkerne im Blitzhacker nicht zu fein mahlen. Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Gut 1 Msp. Knoblauch mit den geriebenen Cashews, den Hefeflocken und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermischen.
2. Für Nudeln und Sugo Knoblauch und Schalotte schälen und fein hacken. Tomaten häuten und ohne Stielansätze würfeln. Die Kräuter abbrausen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. ½ Handvoll Kräuterblättchen grob zupfen, die restlichen Blättchen fein hacken.
3. Die Pilze mit einem feuchten Küchenpapier abreiben, die Stiele, falls nötig, abschaben und kürzen. Pfifferlinge zusätzlich mit einem Pinsel säubern. Die Pilze in Scheiben oder Stücke schneiden, kleine Pilze nur halbieren.

4. Die Pappardelle in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsangabe bissfest kochen. Parallel dazu in einer größeren Pfanne das Olivenöl erhitzen. Knoblauch- und Schalottenwürfel darin bei kleiner Hitze ca. 2 Min. andünsten. Die Pilze in die Pfanne geben und bei mittlerer bis großer Hitze ca. 5 Min. unter Wenden anbraten. Die fein gehackten Kräuter darüberstreuen und kurz mitbraten.
-
5. Alles nach Belieben mit Weißwein ablöschen. Tomaten, Agavendicksaft, Brühe und Sojasahne angießen, aufkochen und in 5-10 Min. cremig einköcheln. Die Sauce mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Nudeln abgießen und unter den Sugo rühren. Alles mit den restlichen Kräutern und etwas Cashew-»Parmesan« bestreuen und in der Pfanne servieren. Restlichen »Parmesan« dazustellen.