

Rezept

Paprika-Kraut-Farfalle

Ein Rezept von Paprika-Kraut-Farfalle, am 17.04.2024

Zutaten

350 g Vollkorn-Farfalle	Salz
½ Spitzkohl (ca. 500 g)	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	2 EL Olivenöl
Pfeffer	200 g mildes Ajvar (Paprikapaste; aus dem Glas)
400 ml Gemüsebrühe	100 g Rauchmandeln (ersatzweise Mandeln und ¼ TL geräuchertes Paprikapulver)
½ Bund Petersilie	4 EL Schmand

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 610 kcal, 28 g F, 22 g EW, 66 g KH

Zubereitung

1. Die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsangabe bissfest garen. Inzwischen den Spitzkohl putzen, waschen und den Strunk dabei entfernen. Die Kohlblätter in 2 - 3 cm große Quadrate schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln.
2. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Spitzkohl darin bei mittlerer Hitze unter Wenden 2 - 3 Min. braten. Den Kohl mit Salz und Pfeffer würzen. Ajvar und Brühe einrühren, das Ganze einmal aufkochen lassen und zugedeckt ca. 5 Min. garen.
3. Die Nudeln abgießen, kurz abtropfen lassen, in die Pfanne geben und gut wenden. Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 2 Min. ziehen lassen.
4. Inzwischen die Mandeln grob hacken. Petersilie abbrausen und trocken schütteln, Blätter abzupfen und hacken. Pasta in tiefen Tellern anrichten. Mandeln und Petersilie darüberstreuen. Auf jede Portion 1 EL Schmand setzen. Sofort servieren.