

Rezept

Scharfe Pasta mit Joghurt

Ein Rezept von Scharfe Pasta mit Joghurt, am 04.06.2025

Zutaten

5-6 Stängel Minze	40 g Pinienkerne
40 g Butter	400 g getrocknete Pasta (z. B. Fusilli, Farfalle)
Meersalz	2 Knoblauchzehen
200 g (griechischer) Sahne-Naturjoghurt	2 Schalotten
1/2 große rote Chilischote	2 EL Olivenöl
400 g Rinderhackfleisch (auch fein: Hackfleisch vom Lamm)	1 1/2 TL Garam Masala
1/2 TL Zimtpulver	1 1/2 TL Pul Biber
1/2 TL Zucker	1 EL Paprikamark (gibt es im türkischen Feinkostladen, ersatzweise Tomatenmark)
Pul Biber zum Bestreuen	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 825 kcal

Zubereitung

1. Die Minze abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen fein hacken. Pinienkerne in einem Mörser grob zerstoßen. Die Butter in einer großen Pfanne schmelzen. Darin Pinienkerne und Minze rösten, bis die Kerne ein wenig Farbe angenommen haben. In eine kleine Schale umfüllen. Pfanne mit Küchenpapier auswischen und für die Sauce weiterverwenden.
2. Die Pasta in einem großen Topf in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung al dente garen.
3. Inzwischen den Knoblauch schälen, in den Joghurtbecher pressen und mit dem Joghurt glatt verrühren. Die Schalotten schälen und fein hacken, ebenso die Chilischote.
4. Das Olivenöl in der Pfanne erhitzen. Darin das Hackfleisch bei starker Hitze scharf anbraten, bis es bräunt. Schalotten, Chilischote und Gewürze dazugeben, die Hitze reduzieren und das Paprikamark einrühren. Wer eine sämige Sauce mag, gibt nun noch mit einer Suppenkelle nach und nach so viel Nudelkochwasser dazu, dass sich der Bodensatz von der Pfanne löst. Die Sauce 2 - 3 Min. bei geringer Hitze leicht köcheln lassen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Ein wenig Pastawasser abschöpfen und beiseitestellen (zum späteren Verdünnen, falls nötig), dann die Nudeln in ein Sieb abgießen und zurück in den Topf geben, aber nicht mehr auf den Herd stellen. Den Knoblauchjoghurt unterrühren, bis die Nudeln gleichmäßig damit überzogen sind. Erscheint die Pasta zu trocken, esslöffelweise Pastawasser dazugeben.

6. Die Pasta auf Teller verteilen, die Hackfleischsauce darübergerben und mit ein wenig Pul biber bestreuen. Zum Abschluss noch die Pinienkerne-Minze-Butter über die Pasta träufeln.