

Rezept

Scharfe Pasta mit Rosenkohl, Chili und Knoblauch

Ein Rezept von Scharfe Pasta mit Rosenkohl, Chili und Knoblauch, am 23.04.2024

Zutaten

300 g Rosenkohl	2- 3 Knoblauchzehen
2- 3 kleine rote Chilischoten	1/2 Bund glatte Petersilie
Salz	400 g kurze Nudeln (z. B. Farfalle, Penne oder Orecchiette)
4 EL Olivenöl	2- 3 EL frisch geriebener Parmesan oder Pecorino

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 510 kcal

Zubereitung

1. Rosenkohl putzen, äußere Blätter entfernen, dann die Rosenkohlblätter einzeln ablösen. Knoblauch schälen und in Scheibchen schneiden. Chilis längs aufschlitzen, entkernen, klein hacken. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter in Streifen schneiden.
2. In einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Die Nudeln darin nach Packungsanweisung bissfest garen.
3. Inzwischen das Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch und Chilis darin ganz kurz andünsten und herausnehmen. Die Rosenkohlblätter ins verbleibende Öl geben und unter Rühren 2-3 Min. anbraten. Knoblauch-Chili-Mischung und Petersilie unterrühren. Die Nudeln abgießen, abtropfen lassen und unter die heiße Rosenkohl-Mischung rühren. Sofort auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit Käse bestreut servieren.