

Rezept

Tortellini mit Brokkolipüree

Ein Rezept von Tortellini mit Brokkolipüree, am 11.06.2026

Zutaten

400 g Brokkoli	1 Zwiebel
4 Knoblauchzehen	2 EL Olivenöl
1/8 l trockener Weißwein oder Gemüsebrühe	Salz
Pfeffer	1 EL Mandelblättchen
400 g Tortellini (aus dem Kühlregal)	2 TL Tomatenmark
75 g Sahne	Chilipulver nach Belieben

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 360 kcal

Zubereitung

1. Den Brokkoli waschen, die Röschen abschneiden. Die Stiele schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken.
2. Das Öl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Den Brokkoli kurz mitbraten, mit dem Wein oder der Brühe aufgießen. Mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 8 Min. dünsten, bis der Brokkoli weich ist.
3. Inzwischen die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten. Für die Tortellini etwa 4 l Wasser zum Kochen bringen und salzen. Die Tortellini darin nach Packungsangabe garen.
4. Den Brokkoli mit der Kochflüssigkeit pürieren, mit Tomatenmark und Sahne verrühren und mit Salz, Pfeffer und Chilipulver nach Belieben abschmecken. Die Tortellini abgießen und abtropfen lassen, mit dem Püree mischen und in vorgewärmte Teller verteilen. Mit den Mandelblättchen bestreut servieren.