

Rezept

Tortelloni mit Grünkohl

Ein Rezept von Tortelloni mit Grünkohl, am 19.12.2025

Zutaten

2 Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
3 EL Öl	500 ml Gemüsebrühe
800 g passierte Tomaten	150 g Cashewkerne
350 g TK-Grünkohl (aufgetaut)	Salz
Pfeffer	750 g Tortellini (Kühlregal; z. B. 4-Käse-Füllung)
200 g Feta-Schafskäse	1 Prise Chiliflocken

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 960 kcal, 49 g F, 45 g EW, 81 g KH

Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch schälen und grob würfeln. Das Öl in einem großen Topf erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin ca. 4 Min. bei mittlerer Hitze anschwitzen. Mit der Brühe ablöschen und passierte Tomaten, Cashewkerne und Grünkohl zugeben.
2. Alles aufkochen und bei kleinster Hitze ca. 5 Min. sanft köcheln lassen. Anschließend mit dem Pürierstab zu einer cremigen Sauce pürieren und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Die Tortelloni in die Sauce geben und bei mittlerer Hitze in ca. 6 Min. gar kochen lassen. Den Schafskäse würfeln und unterrühren. Die Tortelloni mit Chiliflocken abschmecken und servieren.