

Hier und heute



Leichte Rosenkohl-Pasta

Julia Floß wählt für diese leichte Pasta saisonalen, gesunden Rosenkohl. Das aromatische i-Tüpfelchen bilden Thymian und Zitrone.

Das Rezept

von Julia Floß für vier Portionen

Zutaten

- 500 g Pasta
- Salz
- 500 g frischer Rosenkohl
- 2 Schalotten oder 1 Zwiebel
- 1 EL Butter
- 1 schwarze Knoblauchzehe (optional)
- ¼ Bund Thymian
- 1-2 Zitronen
- 1-2 EL Kapern
- 200 g Crème fraîche
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Muskat

Zubereitung

Pasta in ausreichend Salzwasser bissfest kochen. Währenddessen den Rosenkohl putzen und in feine Scheiben hobeln oder schneiden. Die Schalotte schälen und fein würfeln. Butter in einer großen Pfanne auslassen und die Schalottenwürfel darin andünsten. Den Rosenkohl dazugeben, salzen und ebenfalls einige Minuten mitdünsten. Den schwarzen Knoblauch fein würfeln und hinzufügen. Alles mit zwei Kellen Nudelwasser übergießen und weich köcheln. Thymian abzupfen, hacken dazugeben. Zitronenabrieb und -saft zusammen mit den Kapern hineingeben. Wenn der Rosenkohl den richtigen Biss hat, die Crème fraîche hinzufügen. Mit Pfeffer und Muskat abschmecken und eventuell Nudelwasser für die gewünschte Konsistenz der Sauce zugeben. Nudeln abgießen und mit dem Rosenkohl mischen. Abschmecken und servieren.