

Trova il Tempo

Kaffee & Genuss



## Spaghettí mit Rosenkohl

Zutaten (für 4 Personen):

- 500 g Spaghetti (z.B. von Mancini)
- 3 TL uno per tutti Gewürz
- 3 EL Olivenöl (z.B. von Deligreece, Sitia)
- 500 g Rosenkohl
- 1 Lauchstange
- Saft einer Zitrone
- Geröstete Pinienkerne
- Salz, Pfeffer und Parmesan

Zubereitung:

Reichlich Wasser für die Spaghetti aufsetzen (5l).

Rosenkohl und Lauch waschen und putzen.

Lauchstange in feine Streifen schneiden.

3 EL Olivenöl in die Pfanne geben, Lauch darin andünsten, uno per tutti Gewürz dazugeben, mit Zitronensaft ablöschen. Immer mal wieder umrühren, und auf niedriger Hitze ziehen lassen.

Die Spaghetti ins kochende Salzwasser geben, nach ca. 4 min den Rosenkohl dazu geben und für weitere ca. 6 min köcheln lassen.

Die Spaghetti (bevor sie „all dente“ werden) und Rosenkohl tropfnass unter den Lauch heben (am besten geht das in einer großen, hohen Pfanne, z.B. Wokpfanne) und vermengen.

Ohne zusätzliche Hitze noch etwas ziehen lassen.

Auf vorgewärmte Teller anrichten, mit Parmesan und gerösteten Pinienkernen garnieren, sofort servieren.

Zitronenpfeffer und Salz vollenden den Genuss.



Buon appetito