


CREAMY GRÜN-KOHL-PASTA

MIT GETROCKNETEN TOMATEN UND FETA

 CA. 35 MINUTEN

 4 PORTIONEN

ZUBEREITUNG

Grünkohl gründlich waschen, verlesen und evtl. dicke Blattrippen herausschneiden. Kohl klein zupfen und mit 1 TL Salz und Zucker in eine Schüssel geben, verkneten und beiseitestellen.

Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen. Inzwischen Knoblauch und Zwiebeln schälen. Knoblauch fein hacken, Zwiebeln fein würfeln. Tomaten abtropfen lassen, dabei das Öl auffangen. Tomaten in Streifen schneiden.

3 EL Tomatenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Tomaten darin ca. 5 Minuten andünsten. Grünkohl zugeben, weitere ca. 5 Minuten dünsten. Mit Weißwein und Gemüsebrühe ablöschen. Sahne und Frischkäse einrühren. Alles aufkochen. Nudeln abgießen, zugeben und alles vermengen. Kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

INITIATIVE MILCH by HOUSE OF FOOD

ZUTATEN

300 g Grünkohl
Salz
Pfeffer
1 EL Zucker
60 ml Himbeeressig
500 g kurze Nudeln (z. B. Penne Rigate)
1 Knoblauchzehe
2 Zwiebeln
180 g getrocknete Tomaten in Öl (Glas)
150 ml trockener Weißwein
150 ml Gemüsebrühe
200 g Schlagsahne
150 g fettarmer Frischkäse (0,2 % Fett)
200 g Feta
gehackte Haselnüsse zum Bestreuen
evtl. Petersilie und Basilikum zum Garnieren