Brokkoli-Ricotta-Pasta

Das Rezept für schnelle Brokkoli-Ricotta-Pasta überzeugt nicht nur Vegetarier. Schnell und lecker, das ist die neue Küche von heute.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 35 min



Foto: Katrin Morenz

Zutaten

600 g	Nudeln
400 g	Brokkoli
1 Bund	Rucola
50 g	Parmesan
1 Stk.	Knoblauchzehe
1 Stk.	Zwiebel
20 g	Tomaten (getrocknete)
3 EL	Olivenöl
3 EL	Mandelsplitter
120 g	Ricotta
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer

Zubereitung

1. Für Brokkoli-Ricotta-Pasta als Erstes 2 Töpfe mit reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. In dem einen Topf die Nudeln nach Packungsanleitung al dente kochen. Für den zweiten Topf den Brokkoli in kleine Röschen teilen und diese in dem Topf kurz blanchieren. Danach das Wasser abgießen, das Gemüse mit kaltem Wasser abschrecken und ordentlich abtropfen lassen.

2. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und in kleine Würfelchen schneiden. Tomaten abwaschen, vom Stil befreien und in Streifen schneiden. Den frischen Parmesan fein reiben. Rucola

ebenso waschen, abtropfen lassen und grob zerpflücken.

3. Wenn die Nudeln fertig gekocht sind, diese abgießen und kurz abschrecken. In einer Pfanne Öl heiß werden lassen und darin Knoblauch, Zwiebeln und Mandeln goldbraun anbraten. Den Brokkoli dazugeben und ebenfalls kurz mitdünsten. Mit ein bisschen Nudelwasser ablöschen, Ricotta einrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

4. Die Nudeln in die Sauce geben und gut miteinander vermischen. Rucola unterheben, alles zusammen vorsichtig miteinander verrühren und sofort heiß servieren. Den geriebenen Parmesan drüberstreuen.

Tipp

Zu Brokkoli-Ricotta-Pasta passt sehr gut ein frischer Tomatensalat. Wer es gerne ein wenig würziger mag, gibt statt dem Nudelwasser Brühe zur Sauce.