



Feine Schwarzkohl-Shiitake-Pasta

in cremiger Miso-Cashew-Sauce



30-40min



2 Personen

Eine elegante, winterliche Pasta-Kreation, mit der sich unsere Köchin Hannah in unserer Testküche in die Herzen gekocht hat. Die cremige Sauce aus Miso, Cashews, Knoblauch und Zitrone ist frisch und leicht. Dazu gibt es gebratene Shiitakepilze und würzigen Schwarzkohl.

Was du von uns bekommst

- 250g Penne ¹
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung helle Misopaste ^{1,6}
- 2 Packungen Cashewnüsse ¹⁵
- 1 Packung Schwarzkohl
- 1 Packung Shiitake-Pilze

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Kochtopf
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenreibe
- Messbecher
- Zitronenpresse
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 916kcal, Fett 32.6g, Kohlenhydrate 119.7g, Eiweiß 31.5g



1. Zitrone vorbereiten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Den **Knoblauch** schälen.



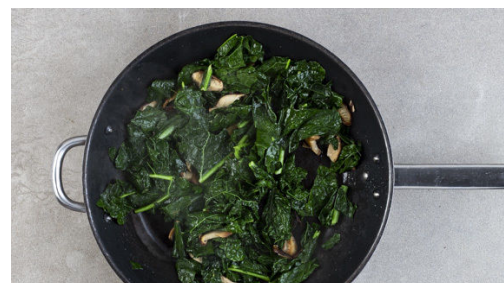
4. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **100ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.



2. Sauce zubereiten

2EL Zitronensaft, die **1/2 des Zitronenabriebs**, den **Knoblauch**, die **Misopaste**, die **Cashews** und 250ml Wasser in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer zu einer glatten **Sauce** pürieren. Nach Bedarf etwas mehr Wasser hinzufügen.



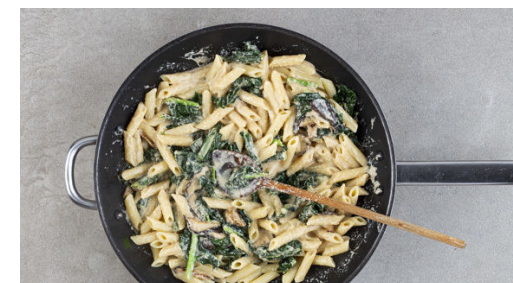
5. Schwarzkohl garen

Die **Pilze** in einer großen Pfanne mit 1-2EL Pflanzenöl bei starker Hitze 2-3Min. anbraten. Den **Schwarzkohl** dazugeben und 3-4Min. mitbraten, bis er zusammengefallen ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.



3. Gemüse vorbereiten

Die **1/2 des Schwarzkohls** ggf. verlesen, von harten Stängeln befreien und in mundgerechte Stücke zupfen. **Tipp:** Wer mag, kann auch den gesamten **Schwarzkohl** verwenden. Die **Pilze** ggf. mit etwas Küchenkrepp oder einer Bürste säubern und in dünne Scheiben schneiden, die Stiele entfernen.



6. Pasta fertigstellen

Die **Pasta** und die **Miso-Cashew-Sauce** zum **Schwarzkohl** in die Pfanne geben und alles gut vermengen, dabei ggf. etwas **Pastawasser** hinzufügen. Die **Pasta** mit dem **restlichen Zitronenabrieb** garnieren und servieren.