

Cremige Brokkoli-Nudeln



20-30min



3-4 Personen

Zusammen mit Alexander und Andreas Hiller von Kitchen Stories haben wir ein tolles Pasta-Gericht für dich vorbereitet: Wir mischen italienische Orecchiette mit knackigem Brokkoli, nussigen Champignons und einer cremigen Sauce aus Sonnenblumenkernbutter. Noch ein paar geröstete Haselnüsse drüber gestreut und du wirst staunen!

- Brokkoli
- Knoblauchzehe
- Sonnenblumenkernbutter
- geschälte Haselnüsse
- frische, glatte Petersilie
- Zwiebel
- Orecchiette
- braune Champignons
- unbehandelte Zitrone
- mittelscharfer Senf ¹⁰

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker

- Pfanne
- Kochtopf
- Messbecher
- Sieb

Allergene
Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 800kcal, Fett 22.3g,
Kohlenhydrate 109.6g, Eiweiß 33.9g



1. Gemüse vorbereiten



4. Gemüse anbraten

4. Gemüse anbraten

A close-up shot of a person's hands pouring farfalle (butterfly-shaped) pasta from a clear glass bowl into a large, silver metal pot filled with boiling water. The background is a rustic brick wall.

2. Nudeln kochen



5. Sauce vorbereiten

A top-down view of a black, non-stick frying pan sitting on a silver-colored metal grate over a gas burner. Approximately 20 hazelnuts are scattered across the pan's surface, some showing signs of browning. The background is a light-colored wooden surface.

3. Nüsse rösten

3. Nüsse rösten



6. Sauce unterheben

6. Sauce unterheben

Nun **Pasta** und **Brokkoli** in die Pfanne mit den **Pilzen** geben, Sauce sowie ca. 100ml Nudelwasser dazugeben, gut unterheben und kurz mit erwärmen. Mit Salz und Pfeffer, sowie der Hälfte der **Petersilie** abschmecken. Evtl. mit mehr Kochwasser cremiger rühren. **Nudeln** anrichten und mit restlicher **Petersilie** und **Haselnüssen** dekorieren.