



REZEPT DER WOCHE

Blattkohl - Pasta

Zutaten

1 Bund Blattkohl
1 gelbe Zwiebel
1-2 Knoblauchzehen
Olivenöl
Salz und Pfeffer
2 rote Zwiebeln
1 EL Zucker
2-3 EL Balsamico-Essig
300g Nudeln (z.B. Farfalle)
Eine Handvoll Walnusskerne
3 Stängel Petersilie

Zubereitung

Nudeln in Salzwasser kochen.

Blattkohl waschen und grob schneiden.
Gelbe Zwiebel und Knoblauch würfeln.

In einer Pfanne gelbe Zwiebel und Knoblauch mit etwas Öl glasig andünsten, Anschließend den geschnittenen Blattkohl hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Einen Schuss Wasser hinzugeben und ca. 5 bis 10 min. dünsten.

In einem kleinen Topf klein geschnittene rote Zwiebeln in Öl anbraten. Etwas Zucker hinzugeben und mit Balsamico-Essig ablöschen.

Walnusskerne in einer separaten Pfanne anrösten.

Rote Zwiebeln und Walnüsse zum Blattkohl hinzugeben und vermengen. Anschließend die Nudeln hinzugeben und alles gut verrühren.

Gehackte Petersilie drüberstreuen und genießen. Guten Appetit!
