

Rezept

One-Pot-Pasta



© Katrin Winner

Info

🕒 20 Min. Gesamtzeit	👉 leicht	🔥 785 kcal Kilokalorien	30 g Eiweiß	34 g Fett	82 g Kohlenhydrate
-------------------------	----------	----------------------------	----------------	--------------	-----------------------

Zutaten für 2 Portionen

350 g Wirsing	180 g Spaghetti Vollkorn
1 Schalotte	50 g Cranberrys
0,5 TL Kreuzkümmel	0,5 TL Salz
50 g Pecorino oder vegetarische Alternative: Montello	0,5 TL Pfeffer
100 g Mascarpone	1 Ei sehr frisch
500 ml Gemüsebrühe	

Zubereitung

1. Wirsing waschen und in „Flecken“ reißen. Schalotte schälen, klein würfeln. Kreuzkümmel in einem Mörser zerkleinern. Pecorino fein reiben und beiseitestellen.
2. Mascarpone mit der Gemüsebrühe glatrühren und in einen großen flachen Topf oder eine Pfanne (mit Deckel) geben.
3. Wirsing, Vollkornspaghetti, Kreuzkümmel, Cranberrys, Schalottenwürfel, Salz und Pfeffer zugeben, aufkochen und alles ca. 8 Minuten (bis die Nudeln „al dente“ sind) kochen.
4. Das Ei mit dem geriebenen Pecorino verquirlen, rasch unterziehen, servieren.

Tipp

Wer die One-Pot-Pasta in einem kleineren Topf zubereiten möchte, bricht die Nudeln einfach kleiner.