

Penne mit Blumenkohl



Zutaten

- 600 g Blumenkohl
- 1 Stück Peperoncino
- 1 Stück Zwiebel, klein
- 2 Stück Knoblauchzehen
- 4 Esslöffel Olivenöl
- 200 g Pelatitomaten, gehackt, aus der Dose
- 1.5 dl Gemüsebouillon
- 300 g Penne, z.B. Vollkorn
- 0.5 Bund Petersilie, glattblättrig
- 0.5 Bund Basilikum
- 150 g Doppelrahm
- Salz, schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Parmesan, gerieben, nach Belieben

Zubereitung

Für 4 Personen

1 Den Blumenkohl in kleinste Röschen teilen. Den Peperoncino der Länge nach halbieren, entkernen, in Streifen und diese in kleine Würfelchen schneiden. Die Zwiebel und die Knoblauchzehen schälen und fein hacken.

2 In einer grossen Pfanne das Olivenöl erhitzen. Peperoncino, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Dann die Blumenkohlröschen, die Pelatitomaten und die Bouillon dazugeben und alles ungedeckt auf mittlerem Feuer 10 Minuten kochen lassen.

3 Inzwischen reichlich Wasser aufkochen. Salzen und die Penne hineingeben. Auf lebhaftem Feuer bissfest garen.

4 Petersilien- und Basilikumblätter fein hacken.

5 Den Doppelrahm zur Sauce geben, alles mit Salz und Pfeffer würzen und nach Belieben den Blumenkohl mit einer Gabel leicht zerdrücken.

6 Die Penne abschütten und gut abtropfen lassen. Sofort mit den Kräutern zur Blumenkohlsauce geben und alles gut mischen. Nach Belieben separat dazu geriebenen Parmesan servieren.

(Quelle: wildeisen.ch)