

Pasta mit Möhren-Grün-Kürbiskern-Pesto

Für 4 Personen

3 Knoblauchzehen	1 EL Ghee (ind. Butterschmalz)	40 g Kürbiskerne
1 Bund Möhren mit Grün	3 EL Ahornsirup	ca. 130 ml Olivenöl
Salz, schwarzer Pfeffer	1 Prise Cayennepfeffer	1/2 Radicchio
1 EL Balsamico	2 Zweige Rosmarin	1 EL getrockneter Oregano
1/2 TL Koriander, gemahlen	1/2 TL Kümmel, gemahlen	1 Zitrone
500 g Pasta	1/2 Granatapfel	40 g Parmesan

Knoblauch schälen, grob schneiden. In einer Pfanne Ghee erhitzen und den Knoblauch darin weich dünsten.

In einer Pfanne ohne Fett die Kürbiskerne rösten, herausnehmen und fein mahlen.

Das Grün der Möhren abschneiden, abbrausen, trocken schütteln, die harten Stiele ab dem Blätteransatz anschneiden und entsorgen. Das Blattwerk mit seinen zarten Stängeln grob hacken und in einen Mixer geben.

Knoblauch, Kürbiskerne, 2 EL Ahornsirup, 120 ml Olivenöl, ca. 1 TL Salz, etwas Pfeffer und 1 Prise Cayennepfeffer zugeben und zu einem Pesto verarbeiten.

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Möhren schälen und in dünne schräge Scheiben schnippeln. Radicchio putzen, waschen und abtropfen lassen. Die Radicchioblätter in dünne Streifen schneiden und mit den Möhren in eine Auflaufform (oder ein tiefes mit Backpapier ausgelegtes Backblech) geben.

2 EL Olivenöl, 1 EL Ahornsirup, Balsamico, darüber träufeln, Rosmarin abbrausen, trocken schütteln, die Stiele abstreifen und ebenfalls mit in die Auflaufform geben. Darüber Oregano, Koriander, Kümmel, Salz und Pfeffer streuen und alles sacht miteinander vermengen.

Die Zitrone heiß abschwachen, abtrocknen, in dünne Scheiben schneiden und auf das Gemüse legen. Alles ca. 20-30 Minuten im vorgeheizten Ofen garen, bis der Radicchio zerfallen ist und die Möhrchen an einigen Ecken und Enden zart gebräunt, jedoch noch bissfest sind. Ab und an vorsichtig verrühren.

In der Zwischenzeit die Pasta in einem Topf mit reichlich kochendem Salzwasser bissfest kochen. Vom Granatapfel die Kerne auslösen, den Parmesan in Späne hobeln.

Die gekochte Pasta abschütten, mit dem Pesto vermengen und mit dem Gemüse auf Tellern anrichten. Mit Granatapfelkernen und Parmesan bestreuen und servieren.

Anja Petralia am 17. Oktober 2016