

Brokkoli-Pasta mit Chili

Für 4 Personen

600 g Brokkoli	Salz	1 Bio-Zitrone
2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	2 rote Chilischoten
40 g Mandel, geschält	80 g Parmesan	1 Bund Petersilie
400 g Pasta	3 EL Olivenöl	Pfeffer

Brokkoli putzen, Röschen abschneiden und fein zerteilen. Stiele mit einem Sparschäler schälen und beiseitestellen.

Reichlich leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Brokkoliröschen darin kurz knackig garen.

Abgießen und abtropfen lassen.

Zitrone heiß abwaschen, trockenreiben. Die Schale fein abreiben und den Saft auspressen.

Schalotten und Knoblauch schälen. Schalotten in feine Streifen schneiden, Knoblauch fein schneiden. Chilischoten waschen, der Länge nach halbieren, das Kerngehäuse entfernen und Chili in feine Streifen schneiden.

Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten, anschließend grob hacken.

Den Parmesan grob reiben.

Petersilie abrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Die Nudeln nach Packungsanleitung in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen.

Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Schalotten darin glasig dünsten, Knoblauch und Chili zugeben und kurz andünsten.

Dann Brokkolistiele und blanchierte Brokkoliröschen zugeben und anbraten, Petersilie untermischen und mit etwas Zitronensaft, -schale, Salz und Pfeffer abschmecken.

Pasta abgießen, abtropfen lassen und unter den Brokkoli mischen.

Zuletzt Parmesan und Mandeln unterheben und die Brokkoli-Pasta direkt servieren.

Martin Gehrlein am 18. Mai 2020