

Cauliflower-Power

Zutaten für 4 Personen:

300 g kleinen Nudeln
1 kleiner Karfiol
1 Zwiebel
1 - 2 Knoblauchzehen
ca .12 Cocktailtomaten (Kirschtomaten)
1 kleine Pfefferoni
Olivenöl
Salz, Pfeffer, Muskatnuss
Käse
Knödelbrot
Walnusskerne
1 Zitrone
50 ml Sauerrahm oder Creme Fraîche

Karfiol in kleine Röschen zerteilen, den Strunk in Stücke schneiden
Die Karfiolröschen mit dem Knoblauch, der Zwiebel u. dem Pfefferoni in
Butterschmalz anrösten, mit Weißwein ablöschen und ca. 15 Minuten leicht kochen

Nudeln nach Vorschrift kochen

Karfiolstrunk getrennt in Gemüsebrühe weich kochen und pürieren, Sauerrahm
einrühren und dann mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und mit den
Karfiolröschen mischen, Zitronensaft und Abrieb von der Zitronenschale hinzufügen

Walnusskerne zerkleinern und ohne Fett in der Pfanne bei mittlerer Hitze anrösten
Anschließend das Knödelbrot in etwas Butter bei mittlerer Hitze rösten und mit den
Walnüssen mischen

Die Tomaten halbieren und in der Karfiolsoße erwärmen. Die Soße mit den Nudeln
vermischen und mit den Walnussbröseln und geriebenem Käse bestreuen.

Guten Appetit!