



Würzige Pasta mit Grünkohl



2 Portionen



35 Min.

Zutaten

- 200g Grünkohl
- 1 Paprika
- Salz
- 1 Knoblauchzehe
- 2 El Olivenöl
- 75 ml Gemüsebrühe
- 250g Vollkornnudeln
- 1/2 Bd. Schnittlauch
- 15g Parmesan
- 5-6 getr. Tomaten in Öl
- Pfeffer

Zubereitung

1. Grünkohl waschen, putzen und in kochendem Salzwasser 5 Min. lang garen. Abgießen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen. Fein hacken.
2. Knoblauch fein und Tomaten grob hacken und Paprika würfeln. Schnittlauch in Röllchen schneiden und Parmesan reiben.
3. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch glasig dünsten, dann Paprika, Tomaten und Grünkohl zugeben. Mit Brühe ablöschen und etwa 10 Min. bei kleiner Hitze dünsten.
4. Inzwischen Nudeln nach Packungsanweisung bissfest garen.
5. Nudeln abgießen und zu den anderen Zutaten in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Schnittlauch und Parmesan garnieren.

Guten
Appetit!