

# **Nudeln mit gerösteten Blumenkohl**

**&**

## **Tomaten-Bärlauch-Pesto**

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

#### **Tomaten-Pesto**

- 20 g getrocknete Tomaten, (ohne oder mit Öl)
- 1 Handvoll Bärlauch
- 15 g Pinienkerne
- 20 g italienischer Hartkäse
- 10 Stiele Petersilie
- 1 Knoblauchzehe
- 1/2 bis 1 TL Chiliflocken (je nach Bedarf)
- 4-5 EL kaltgepresstes Olivenöl (wenn getrocknete Tomaten ohne Öl)

#### **Nudeln & Blumenkohl**

- 20 g Rosinen
- 1 mittleren Blumenkohl
- 3 EL kaltgepresstes Olivenöl
- Salz Pfeffer
- 300 g Hartweizennudel von Gabys Nudelküche
- 25 g abgetropfte Kapern
- 3 EL entsteinte schwarze Oliven
- 1 Zitrone

### ZUBEREITUNG

- 1 Für den Tomaten-Pesto die getrockneten Tomaten mit kochend heißem Wasser übergießen und 20 Minuten einweichen lassen. Wenn in Öl eingelegt, Vorgang überspringen. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Den Käse fein reiben. Petersilienblättchen abzupfen, grob hacken und die Hälfte abgedeckt beiseite stellen. Die restliche Petersilie, Käse, Knoblauch, Chiliflocken, Pinienkerne, Bärlauch (gewaschen) und ausgedrückte Tomaten in einem Mixer fein zerkleinern. Gegebenenfalls das Öl mit einem Löffel unterrühren. Den Pesto beiseite stellen.
- 2 Für die Nudeln und den Blumenkohl die Rosinen mit kochend heißem Wasser übergießen und einweichen lassen. Den Backofen mit einem Backblech auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen. Blumenkohl putzen, vom Strunk schneiden und abspülen. Blumenkohl in etwa 2 cm große Röschen schneiden. Blumenkohl mit Olivenöl mischen, salzen und pfeffern. Vorsichtig auf dem heißen Blech verteilen und 20-25 Minuten auf der mittleren Schiene rösten, dabei nach 15 Minuten wenden.
- 3 Inzwischen die Nudeln in Salzwasser kochen. Kurz vor Ende der Nudelgarzeit den Pesto mit 150 ml Nudelkochwasser in einer großen Schüssel verrühren. Kapern, abgetropfte Rosinen und Oliven untermischen. Nudeln abgießen und unterrühren. Blumenkohl und restliche Petersilie unterheben.
- 4 Die Zitrone heiß waschen, trocken reiben, 1-2 TL Schale fein abreiben und zu den Nudeln geben. 1-2 EL Zitronensaft auspressen und untermischen.

Guten Appetit!