

200 g Farfalle Nudeln

30 g Parmesan

3 EL Olivenöl

60 g Mandeln

60 g Grünkohl

Pfeffer

Salz

1/2 Knoblauchzehe

1/2 Zitrone

(für zwei Portionen)



Farfalle mit Grünkohl- Mandel-Pesto



1. Pasta nach Packungsanweisung kochen.
2. Grünkohl grob in Stücke zupfen und dabei den Strunk entfernen. Grünkohl in eine Schüssel mit heißem Wasser geben, ca. 5 Min. ziehen lassen und anschließend gut abwaschen.
3. Mandeln grob hacken und in einer Pfanne ohne Öl goldbraun rösten.
4. Zitrone gründlich mit heißem Wasser waschen, Schale abreiben, halbieren und den Saft auspressen.
5. Parmesan reiben.
6. Abgetropften Grünkohl, Parmesan, Knoblauch, Zitronenrieb und -Saft, Olivenöl und 2/3 der gerösteten Mandeln in einem Mixer zerkleinern. Mit Salz und Pfeffer würzen.
7. Pesto zu der abgetropften Pasta geben und alles gut vermischen.
8. Pasta mit restlichen Mandeln servieren und nach Belieben etwas Parmesan über das Gericht reiben.

01