

Würzige Grünkohl-Spaghetti

Zutaten:

- 650 g Grünkohl
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Chilischote
- 3 EL Walnusskerne
- 2 EL Olivenöl
- 250 ml Gemüsebrühe
- 500 g Spaghetti
- Pfeffer
- Salz
- 4 EL gehobelten Parmesan
- 2-3 EL geschnittenen Schnittlauch

So geht's:

1. Schneide grobe Blattrippen vom Grünkohl heraus, wasche ihn und gare ihn anschließend für ca. 6 Minuten in kochendem Wasser. Gieße ihn ab und lasse ihn abtropfen.
2. Schäle Zwiebeln und Knoblauch, würfle die Schalotten fein und hacke den Knoblauch. Halbiere die Chilischote längs, entferne die Kerne und schneide sie in Stücke.
3. Schneide den abgetropften Grünkohl in Streifen.
4. Hacke und röste die Walnusskerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett kurz an und nimm sie dann heraus.
5. Erhitze 2 EL Olivenöl in derselben Pfanne und dünste Zwiebeln, Knoblauch und Chilischote bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten glasig an.
6. Lösche mit Gemüsebrühe ab und gib die Grünkohlstreifen in die Pfanne. Lasse alles bei niedriger Hitze ca. 10 Minuten köcheln.
7. Koche die Spaghetti und gieße sie ab. Schneide den Schnittlauch.
8. Gib die heißen Nudeln zum Grünkohl in die Pfanne. Schmecke die Grünkohl-Spaghetti mit etwas Pfeffer und ein wenig Salz ab.
9. Verteile die Grünkohl-Spaghetti auf Teller und garniere sie mit Parmesan, gerösteten Walnusskernen und Schnittlauchröllchen.

Guten Appetit!