

Sybille Schönberger Pasta mit Kürbis und Wirsing

Montag, 25. Oktober 2021
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1,5 Stunden
Schwierigkeitsgrad: Leicht
Pasta, Heimat-Küche

Zutaten:

600 g	Hokkaido-Kürbis
4 EL	Rapsöl
2 TL	Currypulver
1 Prise	Chilipulver
10	Wirsingblätter
etwas	Salz
1	rote Zwiebel
2	Knoblauchzehen
5 g	Ingwer
2 Zweige	Thymian
200 g	Tagliatelle
300 ml	Gemüsebrühe
100 g	Ricotta
60 g	Mascarpone
1 Prise	Muskat
etwas	Pfeffer aus der Mühle
80 g	Parmesan

Zubereitung:

1. Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Den Kürbis waschen, trocknen, halbieren, den Strunk abschneiden und die Kerne mit einem Esslöffel entfernen.
3. Die Kürbishälften in schmale Spalten schneiden, in eine flache Schale geben. Die Hälfte vom Rapsöl mit Currypulver und Chilipulver mischen, über die Kürbisspalten gießen und die Kürbisstücke mit den Händen durchmischen.
4. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, die Kürbisspalten darauf verteilen und für etwa 20 Minuten im vorgeheizten Ofen garen, bis sie weich sind.
5. In der Zwischenzeit die Wirsingblätter gut waschen und abtropfen lassen.
6. In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und die Wirsingblätter darin etwa 3 Minuten blanchieren, danach in Eiswasser abschrecken, abtropfen und trockentupfen. Den Strunkansatz herausschneiden. Wirsing in feine Streifen schneiden.
7. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein schneiden
8. Den Ingwer schälen und auf einer Reibe fein reiben.
9. Den Thymian abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.
10. Tagliatelle in einem Topf mit kochendem Salzwasser bissfest kochen.
11. In einer tiefen Pfanne restliches Rapsöl erhitzen, Zwiebeln darin anschwitzen. Knoblauch und Ingwer zugeben, kurz anschwitzen.
12. Die Gemüsebrühe zugeben und aufkochen lassen. Ricotta und Mascarpone verrühren und mit dem Wirsing zu den Zwiebeln in der Brühe geben.



13. Thymian untermischen und die Sauce mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken.
14. Den Parmesan fein reiben.
15. Die Pasta abschütten abtropfen lassen und unter die Wirsing-Sauce mischen.
16. Kürbisspalten auf Teller geben, die Pasta mit der Sauce darauf geben und mit Parmesan bestreut servieren.

Pro Portion: 665 kcal/ 2785 kJ
60 g Kohlenhydrate, 23 g Eiweiß, 38 g Fett