

Vegetarische Nudelpfanne

- Thema:** aus der vegetarischen Gramue-Küche
Saison: nach Saison variierbar bzw. kombinierbar (auch Resteverwertung)
Besonderheit: Scamorza affumicata*) (oder auch ein würziger Ersatz wie z.B. Schotten)
Zu Beachten: guten Essen muss nicht teuer und aufwendig sein

Zutaten / Einkaufsliste (für ca. 4 Personen)

- 300 g Gigli (Nudeln)
- 2 Schalotten
- 1 chinesischer Knoblauch
- 1 Zucchini (klein)
- 150 g Blattspinat (TK)
- 300g Scamorza affumicata
- 2 Tomaten (groß)
- 1/2 Limette
- n.B. gehackte Kürbiskerne
- n.B. Salz und Pfeffer
- n.B. Olivenöl
- n.B. Muskatnuss
- n.B. Radieschensprossen (oder auch Kresse)



Zubereitung

Die Schalotten und den Zucchini in kleine Würfel schneiden und den Knoblauch fein hacken. Den Blattspinat auftauen, zerschneiden, mit ca. 1/3 der Schalotten und des Knoblauchs in etwas Olivenöl anschwitzen und mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss abschmecken (auf die Seite stellen).

In einer weiteren Pfanne die verbliebenen Schalotten in Olivenöl anrösten, den Zucchini dazugeben und ca. 5 Minuten mitbraten. Danach die in grobe Würfel geschnittenen Tomaten, den restlichen Knoblauch und den Blattspinat dazugeben. Alles nochmals gut durchrühren und etwas köcheln lassen.

Die Gigli al dente kochen, Kürbiskerne hacken und den Scamorza reiben. Gigli, Scamorza (etwas auf die Seite geben für die Garnitur) und die Kürbiskerne unter das Gemüse heben und gemeinsam erhitzen bis der Käse angeschmolzen ist.

Die vegetarische Gemüsepfanne mit Radieschensprossen (oder auch Kresse), sowie noch etwas Scamorza garnieren und mit Salat nach Wahl (in unserem Fall Gurke/Karotte) servieren. Dazu passt auch hervorragend ein trockener Rosewein – z.B. Chiaretto di Bardolino

*) Scamorza affumicata ist ein Käse bestehend aus Halb Topfen und halb Kuhmilch. Ähnlich auch einem Pinzgauer Schotten (zu 100% geräucherter Topfen). Kann auch durch einen würzigen (geräucherten) Hartkäse ersetzt werden.



Gutes Gelingen und Guten Appetit