



IMKEREI Pell

**"WILDE" PAPPARDELLE MIT
KRÄUTERSAITLINGEN UND
BRENNESSEL**



Saisonales aus dem Honigtopf - Edition Mai 2021



IMKEREI Pell

KRÄUTERSAITLINGS PAPPARDELLE MIT BRENNESSELN

für ca. 2-3 Personen

1 Pkg. Tasti-Pasti
Pappardelle
150 g Kräutersaitlinge
1/2 Zucchini
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
2 Handvoll
Brennesselspitzen
1 Handvoll Petersilie
Salz, Pfeffer, Sojasauce,
etwas Bio-Olivenöl

Für die Sauce:

1 Pkg. Soja-Cuisine
oder: Rama Kochcreme
oder: Sauerrahme/Obers
nach belieben

Topping:

etwas Staudenknöterich
Schnittlauch
1 TL Bio-Blütenhonig
Tofu knusprig gebraten
2 EL Parmesan

Die Tasti Pasti in gesalzenes, kochendes Wasser, ca. 4-6 Minuten garen.

Für die Sauce: Die Zwiebel und der Knoblauch fein geschnitten in etwas Olivenöl anbraten. Anschließend die Kräutersaitlinge, und Zucchini in grobe Stücke schneiden und scharf anbraten. Danach die Hitze reduzieren und die Brennesselspitzen dazugeben und gar machen, bis sie ihr Volumen reduzieren. Nun die Soja-Cuisine oder Kochcreme zugeben und bei geringer Hitze reduzieren lassen. Abschließend mit Petersilie, Salz, Pfeffer und Sojasauce würzen.

Als Topping haben wir hier etwas jungen Staudenknöterich mit 1 TL Honig und Schnittlauch kurz in Olivenöl angebraten. Hier kann man aber auch Tofu, Tempeh oder Spargelspitzen knusprig braten und mit Honig verfeinern. Dazu noch etwas Parmesan on top und ab auf den Teller!

Mit dieser wilden Pasta tanken wir Energie aus der Natur und genießen die beste Pasta zu unserem guten Honig.

Für mehr Inspirationen folgt uns gerne auf Social Media. Wir freuen uns auch sehr über eine Google Bewertung von euch!

