

# Pasta mit cremiger Paprikasauce, Brokkoli & knusprigen Croutons



Neuli

ch habe ich ein schnelles Reste-Essen gezaubert. Im Kühlschrank stand noch ein Glas gegrillte eingelegte Paprika und der Brokkoli rief nach Verarbeitung, also warf ich alles zu einem köstlichen Pastagericht zusammen.

Die cremige und sehr aromatische Sauce ist im Nu zubereitet und lässt sich super noch mal im Kühlschrank aufbewahren. Während die Pasta kocht, kann man sie erwärmen und dann am Ende im Nudeltopf alles miteinander vermengen, wie die Italiener das auch tun.



Natürlich kam auch hier wieder weißes Mandelmus zum Einsatz. Von Mandelmus bin ich in der letzten Zeit regelrecht besessen. Man kann so viel damit machen!

Braunes Mandelmus gebe ich an Obstsalat (er wird dadurch so lecker cremig und schmeckt nach gerösteten Mandeln!), mit

weißem Mus lässt es sich hervorragend kochen (man kann damit Sahne ersetzen und Saucen werden damit herrlich cremig!).

### Für 2 Portionen:

#### **Sauce:**

200 g geröstete, eingelegte Paprika  
1 Knoblauchzehe (wenn eine bei der Paprika dabei ist, diese verwenden)  
1 TL Harissapaste (oder nach Belieben)  
1 kleine rote Zwiebel  
5 g Hefeflocken  
70 g weißes Mandelmus  
viel frisch gemahlener schwarzer Pfeffer  
etwas Zitronensaft  
Salz

#### **Croutons:**

1-2 Scheiben altbackenes Brot  
Olivenöl  
Knoblauchpulver  
(oder 1 frische, gepresste Knoblauchzehe)  
Salz, Pfeffer

#### **Pasta:**

250 g Dinkel-Vollkorn-Locken (oder andere Vollkorn-Pasta)  
ca. 400 g Brokkoli, in kleinste Röschen zerteilt  
(Büffel)Mozzarella nach Belieben  
(ohne Käse ist das Gericht **vegan**)

#### **Sauce:**

Alle Zutaten in einen Blitzhacker oder ein höheres Gefäß geben und fein pürieren. Mit Pfeffer, Zitrone und Salz abschmecken. Während die Pasta kocht, in einem kleinen Topf sanft erwärmen.

#### **Croutons:**

Das Brot in mundgerechte Stückchen brechen oder schneiden und in einer beschichteten Pfanne mit etwas Olivenöl bei mittlerer Hitze goldbraun rösten. Mit Knoblauchpulver, Salz und Pfeffer würzen.

#### **Pasta:**

Die Pasta nach Packungsanweisung bissfest garen. In der letzten Minute die Brokkoliröschen dazugeben und kurz mitkochen, dann Pasta und Brokkoli abgießen. Die Sauce zur Pasta geben und alles vermischen.

Die Nudeln auf Teller verteilen, die Croutons darüber geben und etwas Mozzarella über jede Portion zupfen. Nach Belieben noch einen Faden gutes Olivenöl darüberträufeln.



Ich hoffe, ihr habt ein sonniges und entspanntes Wochenende!  
Lasst es euch gut gehen!

Eure Judith