Frische Pappardelle-Nudeln mit Champignons und zweierlei Grünkohl

Zeit gesamt 35min

Zubereitungszeit 35min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
Grünkohl, frisch	200 g
Öl	3 EL
Champignons, weiß	400 g
Zwiebeln, gelb	2 St.
Schlagsahne	200 g
Pappardelle, frisch	500 g
Pfeffer, schwarz	
Zucker	

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlerer Topf

1. Ofen auf 170 °C (Umluft) vorheizen und in einem Topf ca. 3 l Salzwasser zugedeckt aufkochen. Grünkohl waschen, trocken schütteln, Strünke entfernen und Blätter klein zupfen.

2. In einer Schüssel ein Drittel des Grünkohls mit 1 EL Öl und Salz mischen und Blätter mit Öl kräftig marinieren. Auf einem Backblech verteilen und im Ofen ca. 15 Min. backen. Die Temperatur danach auf 50 °C reduzieren und die Grünkohl-Chips bei leicht geöffneter Backofentür bis zum Anrichten trocknen.

3. Restlichen Grünkohl im kochenden Salzwasser ca. 4 Min. garen, anschließend mit einem Schaumlöffel entnehmen, in ein Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. Salzwasser im Anschluss erneut zugedeckt aufkochen. Champignons ggf. mit Küchenkrepp säubern und achteln. Zwiebeln halbieren, schälen und fein würfeln.

4. In einer Pfanne 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und Champignons darin ca. 3 Min. scharf anbraten. Zwiebeln zugeben und auf mittlerer Stufe ca. 2 Min. mitbraten. Die Pilze mit der Schlagsahne ablöschen und auf niedriger Stufe ca. 2 Min. mitköcheln.

5. Derweil Pappardelle im kochenden Salzwasser ca. 5 Min. al dente garen. Grünkohl gründlich ausdrücken und zu den Pilzen geben. Grünkohl-Pilz-Pfanne ca. 2 Min. warm rühren und alles würzig mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

6. 1 Tasse vom Kochwasser abschöpfen, Nudeln in das Sieb abgießen und im Topf direkt mit dem Gemüse mischen. Falls nötig zum Auflockern etwas vom Kochwasser unterheben. Pappardelle mit Grünkohl und Champignons in tiefen Tellern anrichten und mit den Grünkohl-Chips servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	640 kcal
Kohlenhydrate	108 g
Eiweiß	22 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	14 g