

Spitzkohlpasta mit Cabanossi und Sahnesoße

Zeit gesamt
35min



Zubereitungszeit
15min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
Zwiebeln, gelb	1 St.
Spitzkohl	1 St.
Parmesan	80 g
Cabanossi	2 St.
Öl	1 EL
Schlagsahne	400 ml
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Spaghetti	500 g
Petersilie, frisch	15 g

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, große Pfanne, Sieb, feine Reibe

1. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser zugedeckt aufkochen. Zwiebel halbieren, schälen und in feine Streifen schneiden. Spitzkohl vierteln, Strunk entfernen, äußere Blätter entfernen und in feine Streifen schneiden oder hobeln. Parmesan fein reiben.
2. Cabanossi in kleine Würfel schneiden. Eine Pfanne mit 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen. Cabanossi im Öl ca. 6 Min. auslassen, bis die Würfel knusprig werden und Öl austritt. Cabanossiwürfel aus dem Öl nehmen und beiseitestellen, Pfanne nicht säubern.
3. Im Cabanossiöl Zwiebel auf mittlerer Stufe ca. 2 Min. glasig anschwitzen. Sahne dazugießen und bei niedriger Stufe ca. 5–7 Min. dicklich einkochen. Sahnesauce kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Spaghetti im kochenden Salzwasser ca. 9 Min. bissfest kochen. Nach ca. 6 Min. Kochzeit Spitzkohl hinzugeben. Anschließend in ein Sieb abgießen und dabei 1 Tasse Kochwasser auffangen. Spaghetti und Spitzkohl unter die Sahnesauce heben, zusammen mit Parmesan gut vermischen, ggf. mit etwas Kochwasser auflockern.
5. Inzwischen Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein schneiden. Spaghetti mit Spitzkohl und Sahnesauce auf Tellern anrichten, mit frischer Petersilie und krossen Cabanossiwürfeln servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	958 kcal
Kohlenhydrate	108 g
Eiweiß	40 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	40 g