

KRAUZ
KORREKTES GRÜNZEUG



Zutaten (für 2 Personen)

30 g Sonnenblumenkerne
1 Knoblauchzehe
1 kleines Bund Rucola
2 Schalen Krauz Rucola
50 g Olivenöl
50 g Sonnenblumenöl
20 g Pecorino (alternativ Parmesan)

200 g Spaghetti
2 EL schwarzer Pfeffer
125 g Pecorino (alternativ Parmesan)
Salz, Pfefferkörner

SPAGHETTI CACIO E PEPE

Spaghetti mit Pecorino Romano, schwarzem Pfeffer, Rucola Pesto und Krauz Rucola.

Zubereitung

Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Öl vorsichtig anrösten. Knoblauch schälen, Rucola waschen. Krauz Rucola mit einer Schere vom Beet abschneiden. 1/3 der Microgreens für die Deko beiseitestellen.

Alle Zutaten zusammen mit den Ölen, geriebenem Pecorino und etwas Salz in einen Mixbecher geben und mit einem Handmixer zu einem Mus pürieren.

In einem großen Topf ca. 3 l Wasser mit Salz zum Kochen bringen. Spaghetti darin al dente kochen. In der Zwischenzeit den Pecorino fein reiben. Pfeffer mörsern oder mit einer Mühle grob mahlen.

Spaghetti abgießen, dabei ca. 50 ml vom Kochwasser auffangen. Die Pasta in eine große Schüssel geben und nach und nach mit dem geriebenen Käse, 2/3 vom Pesto und dem Pfeffer vermischen. Dabei immer wieder etwas vom Nudelwasser mit unterrühren.

Die Pasta in tiefen Tellern anrichten und mit dem restlichen Pesto und Krauz Rucola dekorieren.