



Safrannudeln mit Gemüse

Abgesehen von der schönen gelben Farbe, haben Safrannudeln auch ein ganz besonders elegantes Aroma. Das ist auch der Grund warum ich das Gemüse nur mit ganz wenig Salz und etwas Pfeffer gewürzt habe - so hat man einfach mehr von den Safrannudeln und dem Eigengeschmack des bissfest gegarten Gemüses.

Safrannudeln mit Gemüse sind der beste Beweis dafür, dass man sich im Homeoffice zu Mittag auf recht einfache Weise ein sehr, sehr wundervolles Gericht zaubern kann. Es passt aber genauso gut für ein feines Abendessen!

(2 Portionen)

2 Portionen Safrannudeln

in Salzwasser nach Packungsanleitung kochen.

1/2 Zucchini,
1/2 roten Spitzpaprika,
1 Hand voll Hokkaidokürbis
1 Hand voll Champignons

und
waschen, putzen und kleinwürfelig schneiden.

Kl. Röschen von 1/2 Brokkoli

abschneiden.

1/2 Stange Lauch
1 Zehe Knoblauch

in Ringe und
sehr klein schneiden.

Etwas Öl

in einer Pfanne erhitzen, das Gemüse darin anbraten. Weil v.a. Champignons und Zucchini etwas Wasser freisetzen braucht man üblicherweise kein zusätzliches Wasser zugießen. Falls es trotzdem zu wenig Flüssigkeit ist, gebt gerne einen Schuss Wasser zu.

1 EL Creme Fraiche
1 TL selbstgemachter
Suppenwürze
schwarzen Pfeffer

Die Hitze wegnehmen,
eintrühren, mit

(alternativ etwas Salz) sowie frisch gemahlenem würzen.

Wer die Nudeln zu einer Rolle formen will, gabelt sie auf eine Fleischgabel auf und dreht sie so lange bis sie vollständig aufgewickelt sind. Genauso am Teller ablegen. Wer darin keine Übung hat tut gut daran das Speiseteller im Backrohr auf 60°C vorzuwärmen.

Pinienkernen
grünen Salat

Das bissfest gegarte Gemüse auf den Nudeln verteilen, mit bestreuen und mit frischen servieren.

