Pasta mit Rosenkohl-Pesto & gerösteten Bröseln

Preparation time: 35 minutes
Cooking time: 0 minutes
Total time: 35 minutes

Portions: 2

Zutaten für 2 Portionen

- 250 g Hartweizen-Pasta (z.B. vegane Dinkelpasta)
- Meersalz
- 400 g Rosenkohl
- 1 (rote) Zwiebel (50-70 g)
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Agavendicksaft
- 1 Prise Kreuzkümmel (1/2 TL)
- 1 kl. Knoblauchzehe
- 35 g Mandelblättchen
- 15 g geröstete Pinienkerne
- 2 EL Hefeflocken
- 1 EL Zitronensaft
- Grob gemahlener, schwarzer Pfeffer
- 4 EL Olivenöl
- 60 g Semmelbrösel
- 30 g Margarine (ich benutze Bio-Alsan)

Zubereitung (35 Minuten)

1. Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.
2. Rosenkohl waschen, den harten Strunk leicht einkürzen und vierteln.
3. Eine Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Aufgeschnittenen Rosenkohl mit den Zwiebelstreifen in einer Schüssel vermengen. Rosenkohl und Zwiebeln mit 2 EL Olivenöl, 1 TL Agavendicksaft, etwas Meersalz und einer Prise Kreuzkümmel würzen. Rosenkohl auf das Backpapier geben.
4. Rosenkohl und Zwiebelstreifen bei 200 Grad Umluft ca. 10-12 Minuten garen lassen, bis der Rosenkohl weich ist. Vorsicht: nehmt den Rosenkohl auch früher aus dem Ofen, sollten die Blätter zu dunkel werden, denn die Garzeit kann je nach Art und Alter Eures Ofens variieren.
5. Hinweis: Wer den Rosenkohl nicht im Ofen garen möchte, kann ihn auch kurz in heißem Wasser gar kochen (so dass er noch leicht Biss hat) und die Zwiebeln in einer Pfanne mit wenig Öl anschwitzen. Ich bevorzuge jedoch die Ofen-Variante, da dann das leicht nussige Aroma des Rosenkohls besser zu schmecken ist.
6. In der Zwischenzeit 30 g Margarine (z.B. Alsan) in einer Pfanne erhitzen und flüssig werden lassen. Wenn die Margarine heiß ist, 60 g Semmelbrösel hinzu geben und bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten. Immer wieder umrühren, damit die Semmelbrösel nicht verbrennen. Semmelbrösel leicht salzen. Anschließend zur Seite stellen.
7. 120 g des angebratenen Rosenkohls (also nur einen Teil) zusammen mit 2 EL Hefeflocken, 1 EL Zitronensaft, 1 kl. geschälten Knoblauchzehe, 35 g Mandelblättchen, etwas Pfeffer, 15 g gerösteten Pinienkernen, 3 EL Wasser und 4 EL Olivenöl in einen Mixer geben.
8. Zutaten zu einem feinen aromatischen Rosenkohl-Pesto pürieren.
9. Den restlichen Rosenkohl zur Seite stellen. Denn er wird erst zum Schluss mit der Pasta vermengt.
10. Nachdem das Pesto fertig ist und ein Teil des Rosenkohls beiseite gestellt wurde, kann die Pasta frisch gekocht werden. Nehmt einfach Eure vegane Lieblings-Pasta-Sorte und kocht sie nach Packungsanweisung mit einer großen Prise Salz im Kochwasser bissfest. Das dauert in der Regel so 10-14 Minuten (die Kochdauer kann je nach Pasta-Art variieren).
11. Wenn die Pasta bissfest und lecker ist, das Wasser abgießen und die gekochte Pasta kurz mit warmem Wasser abspülen (dann klebt sie nicht so zusammen). Gekochte Pasta in einer Schüssel mit dem Rosenkohl-Pesto vermischen und auf zwei Tellern anrichten. Den restlichen Rosenkohl auf die Portionen verteilen und die Pasta mit den gerösteten Semmelbröseln genießen.

PS: Ich liiiiebe geröstete Semmelbrösel. Was ein wunderbarer Geschmack!!!!