



# Spaghetti mit Grünkohl-Pesto

VORBEREITEN

20  
Min.

ZUBEREITEN

15  
Min.

NIVEAU



## Zutaten Für 4 Personen

400 g frischer Grünkohl  
 100 g Walnusskerne  
 1 Esslöffel Salz  
 100 ml Olivenöl  
 1 große Knoblauchzehe  
 60 g Kapern  
 100 g schwarze Oliven (entsteint)  
 500 g Vollkorn-Spaghetti  
 120 Pecorino  
 Zartbitterschokolade  
 Salz für das Nudelwasser

Grünkohl mal anders: Hier zeigt das Wintergemüse, wie gut ihm eine mediterrane Note steht. Pecorino, Oliven und ein Hauch Schokolade setzen dem leckeren Pesto die Krone auf.

- 1 -

Wasser für die Spaghetti in einem großen Kochtopf zum Kochen bringen. Gleichzeitig einen mittelgroßen Topf mit Wasser für den Grünkohl aufsetzen.

- 2 -

Grünkohl von den Stielen befreien und grob hacken. Sobald das Wasser kocht, Grünkohl hineingeben und für ca. 1 Minute kochen lassen. Hin und wieder umrühren.

- 3 -

Eine Tasse des Kochwassers abnehmen und den Grünkohl dann durch einen Seiher abgießen.

- 4 -

Den Grünkohl in Küchenpapier einschlagen, um überflüssiges Wasser aufzusaugen.

- 5 -

Walnusskerne kurz in einer antihaf-versiegelten Pfanne anrösten. Währenddessen die Knoblauchzehe abziehen und den Strunk entfernen.

- 6 -

Kapern abgießen und Oliven halbieren, beides beiseitestellen.

- 7 -

Das Nudelwasser reichlich salzen und die Spaghetti al dente kochen (ca. 8 - 10 Minuten).

- 8 -

Walnusskerne in einen Food Processor geben und grob zerkleinern.

- 9 -

Grünkohl, Knoblauch und Salz zu den Walnusskernen geben und zerkleinern. Nach und nach das Olivenöl dazugeben, bis eine dickflüssige Paste entsteht.

- 10 -

## Spaghetti mit Grünkohl-Pesto

Spaghetti abseihen und zurück in den Topf geben. Mit Pesto, Oliven und Kapern mischen. Den Pecorino nach und nach hineinreiben und einen kleinen Teil zum Garnieren beiseitelegen. Falls das Pesto nicht geschmeidig genug ist, gegebenenfalls etwas Grünkohl-Wasser dazugeben.

- 11 -

Spaghetti auf tiefen Tellern verteilen und vor dem Servieren mit Pecorino und grob geraspelter Schokolade toppen.