


Kochen

Kürbis-Rigatoni

Herbstliche Pasta mit viel Geschmack: Die Röstaromen, die der Kürbis durch das Braten in der Pfanne erhält, verleihen ihm ein feines Aroma.



ZUTATEN

 FÜR 2 PERSONEN

180 g Kürbis, gerüstet gewogen

1 kleinere Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1.5 Esslöffel Olivenöl (1)

2 Messerspitzen edelsüßer Paprika

0.5 dl Rahm

1 dl Gemüsebouillon

1 Messerspitze Chiliflocken **ersatzweise Cayennepfeffer**

Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

200–250 g Rigatoni oder eine andere hohlförmige Pasta

80 g Bratspeck, in Tranchen geschnitten

1 Teelöffel Olivenöl (2)

50 g Sbrinz AOP geriebener

2 Zweige Salbei

NÄHRWERT

Pro Portion

35 g Fett

30 g Eiweiss

78 g Kohlenhydrate

758 g kKalorien

ZUBEREITUNG

- 1** Den gerüsteten Kürbis in 1 cm grosse Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und hacken.
- 2** In einer grossen Pfanne für die Pasta reichlich Wasser aufkochen und vor dem Sieden halten.
- 3** Inzwischen in einer beschichteten Bratpfanne die erste Portion Öl (1) erhitzen. Den Kürbis beifügen und kräftig anbraten, bis er leicht braun wird. Dann die Hitze reduzieren, die Zwiebel und den Knoblauch beifügen und alles zugedeckt noch so lange braten, bis der Kürbis weich ist. Paprika und Chiliflocken darüber streuen, kurz mitrösten, dann die Bouillon und den Rahm dazugiessen und einmal kräftig aufkochen. Die Masse in ein hohes Gefäss geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Beiseitestellen.
- 4** Das Pastakochwasser nochmals aufkochen, salzen, dann die Rigatoni hineingeben und bissfest garen.
- 5** Inzwischen die Specktranchen quer in Streifen schneiden. In der Kürbisbratpfanne die zweite Portion Öl (2) erhitzen und den Speck darin leicht knusprig braten.
- 6** Inzwischen den Salbei in feine Streifen schneiden, kleine Blättchen nach Belieben ganz belassen. Zum Speck geben und kurz mitrösten.
- 7** Die Rigatoni in ein Sieb abschütten und tropfnass in die Pfanne zurückgeben. Die Kürbissauce untermischen und alles bei Mittelhitze aufwärmen. Dann je ½ des Käses und der Speckmischung dazugeben und unter häufigem Wenden nochmals 1 Minute erhitzen. Die Rigatoni in eine vorgewärmte Schüssel oder in tiefe Teller anrichten, mit der restlichen Speckmischung und dem Käse bestreuen und sofort servieren.