



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 98

Pasta mit Zucchini, Pinienkernen und Schwarzkümmel



10 Minuten



10 Minuten



20 Minuten

Zutaten für 2 Personen

5 junge Zucchini mit Blüten

1 Zwiebel (in Halbringe geschnitten)

 4 Salbeiblätter (gehackt)

 1 EL Pinienkerne

 Olivenöl

 Meersalz

 Schwarzer Pfeffer

 1 TL Bio Schwarzkümmel

250 g Pasta nach Wahl

Rezept

Die Blüten der Zucchini der Länge nach vierteln und die Zucchini in sehr dünne Scheiben schneiden. In einer großen Pfanne reichlich Olivenöl erhitzen, Zucchinischeiben und Zwiebelringe ca. 5 Minuten al dente schmoren. Kurz vor Ende der Garzeit Salbei und Pinienkerne hinzufügen und mitrösten. Aus der Pfanne herausnehmen und warmhalten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pasta nach Packungsanweisung al dente garen. Die Zucchini Blüten separat in etwas Olivenöl kurz anbraten. Pasta mit Zucchini Gemüse vermischen und mit den Blüten auf Tellern anrichten. Den Schwarzkümmel darüber streuen und genießen!

Guten Appetit!