

Feine Bandnudeln mit Getrocknetem Schinken und Staude ...

Zutaten für: 4 Personen

400	Gramm	Feine Bandnudeln
1	Bund	Staudensellerie
1	Bund	Frühlingszwiebeln
1		Grüne Chilischote
1		Knoblauchzehe, zerdrückt
150	Gramm	Luftgetrockneter Nackenschinken*
1/2	Tasse	Weißwein
75	Gramm	Geröstete Pinienkerne
2	Essl.	Olivenöl
75	Gramm	Frisch gehobelter Parmesan
		Salz, schwarzer Pfeffer
		Wahlweise auch Bündner Fleisch

Anleitung:

Zubereitungszeit: 25 Min.

1. Staudensellerie putzen und fein schneiden. Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Chilischote halbieren, Samen entfernen und in Streifen schneiden. Nackenschinken in dünne Streifen schneiden.
2. Bandnudeln in Salzwasser ca. 10 Min. kochen (bissfest).
3. Staudensellerie, Chilischote, Knoblauch und Frühlingszwiebeln in Olivenöl dünsten. Weißwein dazugeben und bei niedriger Hitze weiter kochen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Bandnudeln in einem Sieb abtropfen lassen. Nudeln unter Staudensellerie mischen. Auf Teller verteilen, mit Nackenschinkenstreifen, Pinienkernen und Parmesan bestreuen und servieren. Durchschnittliche Nährwerte pro Portion, kalkuliert anhand der rohen

Brennwert 3148 kJ (724 kcal)

Eiweiß 33 g

Fett 32 g

Kohlenhydrate 78 g