

Vollkorn - Spaghetti mit Broccoli

Kategorien: Nudeln, Gemüse, Vegetarisch, Küche

Zutaten für: 1 Rezept

400	Gramm	Vollkornspaghetti
500	Gramm	Broccoli
150	ml	Gemuesebruehe
200	Gramm	Creme fraiche
1		Eigelb
		Pfeffer, Muskatnuss

Anleitung:

Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser garen. Den Broccoli von Den Blaettern befreien, die Stielenden entfernen und den Strunk Kreuzweise einschneiden. Broccoli gruendlich waschen. Die Gemuesebruehe zum Kochen bringen und den Broccoli darin 15 bis 20 Minuten garen. Kochfluessigkeit abgiessen und auffangen. Die Broccoliroeschen zweimal durchschneiden und mit den Nudeln Vermengen, warmstellen. Broccolibruehe mit Creme fraiche verruehren und aufkochen lassen. Von Der Kochplatte nehmen, Eigelb untarruehren. Mit den Gewuerzen Abschmecken und ueber die Broccoli-Spaghetti geben.