

Schnelle Bärlauchnudelpfanne

Zutaten für 4 Portionen:

250-300 g Nudeln

Gemüse der Saison oder TK (z.B. Zucchini, Karotten, gelbe Rüben, Pastinaken, Paprika, etc.)

1 Zwiebel

1 EL Öl (z.B. Rapsöl)

¼ - ½ l Milch

1-2 TL Mehl






2 Handvoll Bärlauch

Salz, Pfeffer, Muskat

Käse nach Belieben (z.B. Bergkäse)



Zubereitung:

-  Gemüse blättrig, würfelig bzw. in Streifen schneiden und in wenig Öl anbraten, Gemüse aus der Pfanne geben
-  Zwiebel fein schneiden und in Öl hell anrösten
-  Milch mit Gewürzen und Mehl verrühren - Zwiebel damit aufgießen, das Ganze aufkochen lassen, Bärlauch zugeben und anschließend pürieren
-  Nudeln in Salzwasser bissfest kochen
-  Gemüse und Nudeln mit Bärlauchzubereitung vermengen, geriebenen Käse untermischen bzw. darüber streuen