

Farfalle mit Broccoli und Speck

Zutaten pro Person:

- 100 g Broccoli (ohne Strunk gewogen)
- 50 g feingewürfelter Räucherspeck (Wammerl)
- Olivenöl
- 2 bis 3 Knoblauchzehen
- 1/2 TL getrocknete Kräuter (Herbes de Provence)
- 1 TL Tomatenmark
- 100g Cremefraiche
- 20 g geriebener Parmesan oder Pecorino
- Pfeffer und Salz

Den Broccoli in walnussgroße Röschen zerteilen und in kräftig gesalzenem Wasser kochen. Das geht schnell, denn er muss unbedingt bissfest und knackig bleiben. Abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken (das ist wichtig, damit die Röschen schön fest bleiben und ihre Farbe behalten) und beiseite Stellen. Nun den Speck auf mittlerer Hitze leicht, anbraten, etwas Olivenöl, die Kräuter und den in kleine Stücke geschnittenen Knoblauch dazu. Auf kleiner Flamme ca. 5 Minuten dünsten, bis der Knoblauch weich ist, aber noch keine Farbe bekommen hat. Tomatenmark und Creme fraiche dazu. Vorsichtig salzen, da der Speck meist schon recht salzig ist. Jetzt die Broccoliröschen dazu, kurz umrühren, damit sie wieder warm werden, und etwas Pfeffer aus der Mühle. Zum Schluss wird die Sauce direkt im Topf mit frisch gekochten Nudeln und dem Käse vermischt. Am besten passen hier Farfalle (das sind die netten kleinen Schmetterlingsnudeln).

Tipp

Nicht zu viel des Guten

Beim Abgießen der Nudeln sollte man darauf achten, dass immer ein klein wenig Kochwasser im Topf bleibt, so etwa 1 bis 2 TL - mehr nicht, denn es ist von Vorteil, wenn Nudeln beim Servieren noch ganz leicht feucht sind. Darum müssen sie nach dem Kochen sofort auf den Tisch! Nudeln, die auch nur kurzzeitig warm gehalten werden, trocknen entweder aus oder werden matschig. Beides kein Ruhmesblatt für den Koch. Das heißt in der Praxis: Die Sauce muss immer schon vor den Nudeln fertig sein und auf diese warten!

Trotzdem darf die Saucenmenge auch hier nicht zu viel sein. Nudeln, womöglich noch zerkochte, die in übermäßig viel Sauce herumdümpeln wie Treibholz im Kehrwasser, sind ein Zeichen schlechter Küche und nur in deutschen Autobahnraststätten erlaubt.