



Sommerliche Mascarpone-Brokkoli-Penne verfeinert mit frischen Basilikum, Parmesan und Zitrone

Nährwerte pro Person:

Kalorien **618 kcal**
Kohlenhydrate **50g**
Fett **40g** / Eiweiß **17g**

Stufe 1 25 min

**GUTEN
APPETIT!**



Zutaten

2 Personen
(für 4 Personen
alle Zutaten
verdoppeln)

Brokkoli **250 g**

Mascarpone **125 g**

Zitrone $\frac{1}{2}$

Parmesan **20 g**

Basilikum **5 g**

Penne **250 g**

Knoblauch(solo) $\frac{1}{2}$

Gut im Haus zu haben

  
Salz | Pfeffer | Olivenöl

1

- Reichlich Salzwasser in einem großen Topf zum Kochen bringen.
- **Brokkoli** putzen und in feine Röschen teilen (etwas von dem Stiel kann ruhig dann bleiben! Der Geschmack ist super!).
- Anschließend gründlich trocken tupfen.
- **Knoblauch** abziehen und fein hacken.

3

- $\frac{1}{2}$ EL **Olivenöl** in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen.
- **Brokkoli** zugeben und ca. 5-10 Min. unter gelegentlichem Wenden garen, bis der **Brokkoli** die gewünschte Konsistenz erreicht hat.

5

- Sobald der **Brokkoli** die gewünschte Konsistenz erreicht hat, $1 \frac{1}{2}$ EL **Mascarpone**, 2 EL Nudelwasser und (nach Geschmack etwas **Zitronensaft** und **-abrieb** zugeben und das Ganze zu einer cremigen Soße verarbeiten.
- Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.

2

- Die halbe **Zitrone** heiß abwaschen, fein abreiben und anschließend entsaften.
- **Penne** ca. 8-12 Min. nach Packungsangabe bissfest garen.
- Anschließend abgießen (dabei etwas Nudelwasser auffangen) und abtropfen lassen.

4

- In der Zwischenzeit: **Basilikum** grob hacken.
- **Parmesan** fein reiben.

6

- **Nudeln** zugeben und alles vorsichtig miteinander vermengen.
- Anschließend auf tiefen Tellern verteilen und mit frisch geriebenem **Parmesan** bestreut und mit **Basilikum** garniert genießen!