

Nudeln mit Paprika-Kürbis-Sauce

Zutaten

400g Nudeln ihrer Wahl (Spirelli, Fussili, Farfalle),
2 gelbe oder rote Paprika,
300g Kürbisfleisch (Hokaido, Muskatkürbis oder Butternut),
2EL Olivenöl,
2EL Zucker,
500ml Wasser,
Salz, Pfeffer-frisch gemahlen,
Sahne, Mehl zum Binden,
1TL Kokosflocken (wer Kokosflocken nicht mag, einfach weg lassen)

Zubereitung

Paprika waschen, entkernen und in kleine Scheiben schneiden. Kürbis waschen, schälen (außer Hokaidokürbis), entkernen und in kleine Würfel schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zucker zugeben und unter Rühren karamellisieren lassen. Gemüse begeben und umrühren. Wasser hinzufügen und ca. 15-20 Minuten köcheln lassen. Das Gemüse mit dem Pürierstab zu einer cremigen Sauce mixen, mit Salz, Pfeffer abschmecken. Sahne dazugeben ABER , je nach Kürbis ist die Sauce dünn wie Suppe und muss gebunden werden. Dazu 1TL Mehl mit 1 EL Sahne verrühren dazu geben und kurz aufkochen lassen. Dies kann bis zur gewünschten Saucenkonsistenz wiederholt werden.

Nudeln nach Packungsanweisung kochen und zur Sauce servieren.