

## Pasta – cavolfiore – zafferano

Ein Winter-Frühlings-Rezept und eine gute Alternative zu den «Orecchiette col broccolo».

### Zutaten für 4 Personen

**1 Blumenkohl,** putzen, in einzelne Röschen teilen. Den Stängel evtl. schälen und in kleine Würfel schneiden.  
**ca. 500 g** Das Gemüse im gesalzenen Wasser knapp weichkochen, mit der Schaumkelle herausnehmen und zur Seite stellen. Einen Teil des Kochwassers aufheben.

Pastawasser aufsetzen.

**1 Zwiebel** in feine Streifen schneiden. In einer Bratpfanne mit Olivenöl sanft anschwitzen, Kochwasser zugeben. Sie soll langsam garen und weiss bleiben. Immer wieder Wasser zugeben. Salzen.

**Safranfäden** Wenn Sie Fäden verwenden, diese vorher etwas einweichen.  
**oder -pulver** In einer weiten Bratpfanne die Zwiebel, den Safran und den Blumenkohl mischen,  
**Salz und Pfeffer** würzen und immer wieder Kochwasser dazu. Es darf etwas Sauce geben.

Pastawasser salzen und ein Kurzformat kochen («Pasta corta», z.B. Penne, Gigli, Mezze Maniche). Wenn die Pasta al dente ist, abgiessen, zurück in den Topf, dann

**reichlich Olivenöl** und

**4 EL geriebenen**

**Pecorino** unter die Pasta ziehen und dann das Safrangemüse daruntermischen. Deckel auflegen und 3–4 Minuten ziehen lassen. Vor dem Auftragen nochmals abschmecken, Kochwasser dazugeben, damit das Ganze schön feucht ist. Mit einigen gerösteten Pinienkernen bestreuen.



### VERONICAS TIPP

Gut passen auch eingeweichte Rosinen.  
Oder geschnittene Sardellenfilets –  
in diesem Fall den Käse weglassen.