

Nudel-Spitzkohlpfanne mit Hack

Zutaten für 3-4 Personen

300 g Nudeln (Penne, Spirelli o.ä.)

1 kleiner Spitzkohl (ca 500 g)

1 mittelgroße Zwiebel

1 EL Öl

400 g Veggie-Hack (oder Rinderhack ...)

1 Dose Tomaten (850 ml)

Salz, Pfeffer

1 TL Kümmel/Kreuzkümmel

1 Prise Zucker

½ Bund Schnittlauch oder entsprechende Menge Frühlingszwiebeln

Nudeln bißfest garen und abtropfen lassen.

Kohl putzen, waschen und in dünne Streifen schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln.

Öl in großer Pfanne oder Wok erhitzen, Zwiebel glasig dünsten, Hack dazugeben und krümelig braun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und herausnehmen.

Kohl in dem Bratfett unter Wenden anbraten. Tomaten zugeben und ggf. grob zerkleinern. Kümmel untermischen und alles ca 10 – 15Min. schmoren (je nachdem, wie bißfest der Kohl noch sein darf).

Hack und Nudeln unterheben, erhitzen. Mit Salz und Zucker abschmecken, Schnittlauch/Frühlingszwiebel-Ringe darüberstreuen.