

## Aus einem Topf: One Pot Karotten-Nudeln mit Erdnüssen



### Alles aus einem Topf

Wenn ein Rezept einfach, schmackhaft und raffiniert sein soll, bieten sich Eintopfgerichte an. In den sozialen Medien sind vor allem diese Eintopfgerichte (One Pot) besonders beliebt, da die ungekochten Nudeln in einer bestimmten Menge Flüssigkeit circa 10 Minuten kochen und dabei die Flüssigkeit und deren Geschmack komplett aufnehmen.

Dann werden die Nudeln nur noch auf Teller verteilt und mit Liebe dekoriert. Einfacher geht es nicht und das Beste: Es schmeckt sehr gut.

Der deswegen hier die heutige Rezeptur für „**One Pot Karotten-Nudeln mit Erdnüssen**“:

### Zutaten

- 500 g Nudeln (z.B. Spirelli)
- 250 g Karotten, frisch
- 500 ml Karottensaft (Tipp: milchsauer vergoren)
- 500 ml Gemüsebrühe
- 1 Zwiebel
- 1 cm Ingwer, geschält und gerieben
- 1/2 Biozitronen, Saft & Abrieb
- Öl nach Belieben (z.B. Rapsöl)
- Salz, Pfeffer, Chili
- Extra: Petersilie, Thymian, geröstete und gehackte Erdnüsse zum Bestreuen

### Zubereitung

Die Karotten und die Zwiebel schälen und würfeln.

In einem Topf Öl erhitzen und die Ingwer, Karotten- und Zwiebelwürfel 2 Minuten rührend anbraten.

Den Karottensaft und die Gemüsebrühe angießen und aufkochen.

Jetzt die ungekochten Nudeln zugeben und 4 Minuten kochen, dann Deckel aufsetzen und bei mittlerer Hitze weitere 5 Minuten köcheln lassen. Je nach Nudel eventuell noch ein paar Minuten länger kochen. Mit Salz, Pfeffer, Chili, Öl, Zitronenabrieb und -saft abschmecken.

Mit geschnittenen Kräutern und Erdnüssen bestreuen.

**Tipp:** Dazu passt ein kräftiges Kräuter-Pesto. Wer möchte, reibt zusätzlich etwas reifen Bergkäse (z.B. Allgäuer Bergkäse g.U.) über die Nudeln.