

Bandnudeln mit Zucchini und Kürbisbolognese



Super fruchtig, super saftig...

Eine Bolognese wird bekanntlich mit Tomaten gemacht. Klar, ist ja ursprünglich eine italienische Spezialität. Angeblich gehören Spaghetti Bolognese zu den beliebtesten Gerichten weltweit. Warum dann nicht mal mit heimischen Zutaten abwandeln. Mit fruchtigem Kürbis zum Beispiel, lieblichen Wein und kräftigem Bergkäse. Den Begriff Bolognese behalt ich allerdings, weil es etwas appetitlicher als Hackfleisch-Kürbissoße klingt. Und eines haben diese Soßen gemeinsam: je besser die Zutaten und je länger die Soße kocht, umso besser schmeckt sie auf den Nudeln. Guten Appetit!

Zutaten

Für 4-6 Personen:

- 500 g Nudeln (z.B. Bandnudeln oder Spaghetti)
- 250 g Hackfleisch
- 250 g Hokkaido-Kürbiswürfel (ohne Kerne, mit Schale)
- 150 g Zucchini, in feine Scheiben geschnitten
- 250 g kräftige Geflügel- oder Fleischbrühe
- 100 ml Weißwein

- 100 g Crème fraîche oder Schmand
- 1 Tomate
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 cm frischer Ingwer
- Salz, Pfeffer, Curry, Muskatnuss, Chili
- 1 EL Tomatenmark
- Öl zum Braten
- 1-2 EL Butter
- Etwas Petersilie und Schnittlauch
- Extra: Kräuterpesto oder Kürbiskernpesto und geriebener Käse zum Servieren

Zubereitung

Zwiebel, Ingwer und Knoblauch schälen und würfeln. Die Tomate grob würfeln.

In einem Topf 3 EL Öl heiß werden lassen. Dann die Zwiebelwürfel, den Ingwer, die Tomatenwürfel, den Knoblauch und die Kürbiswürfel 2 Minuten rührend braten. Mit Brühe auffüllen, den Deckel aufsetzen und 10 Minuten kochen. Anschließend pürieren und mit Curry, Chili, Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

In einer Pfanne das Hackfleisch mit 3 EL Öl anbraten. 1 EL Tomatenmark unterrühren. Mit Weißwein ablöschen und 3 Minuten einkochen lassen. Dann das Kürbispüree und das Crème fraîche hinzugeben. Mindestens 15 Minuten sanft köcheln lassen. Mit Gewürzen abschmecken. Die frischen Kräuter erst vor dem Servieren zugeben.

Die Nudeln nach Packungsangabe zubereiten. Dabei 1 Minute vor Kochende die Zucchinischeiben ins Kochwasser geben. Nach 1 Minute abseihen und noch tropfnass mit einem großzügigen Stück Butter und etwas Kochwasser vermischen.

Mit Kürbisbolognese, Pesto und geriebenem Käse servieren.