



claro
FAIR TRADE

Rezept

Penne mit cremiger Cashew-Pilz-Sauce



Penne mit cremiger Pilzsauce

mit Cashews und getrockneten Steinpilzen



4 Portionen

25 Minuten
(plus 1 h Einweichzeit)

ZUTATEN

Für die Sauce

15 g getrocknete Steinpilze
 120 g Cashewkerne
 1 Knoblauchzehe
 1 TL Gemüsebrühepulver
 200 ml Sojadrink
 1/2 TL Muskatnusspulver
 1 EL Tamari (Sojasauce)
 1 TL Apfelessig
 2 EL Edelhefeflocken
 1 Prise Chilipulver
 1 TL Thymian, gezupft
 1 TL Rosmarin, gehackt
 Salz
 Pfeffer

Penne und Pilze

400 g Penne (aus Emmermehl)
 1 EL Tamari (Sojasauce)
 250 g verschiedene Pilze (Kräuterseitlinge, Shitake, Champignons)

Optionales Topping

1 EL Edelhefeflocken
 1 TL Thymian, gezupft
 1 TL Rosmarin, gehackt

ZUBEREITUNG

- Cashewkerne in eine Schüssel geben und mit reichlich Wasser bedecken und mind. 1 Stunde einweichen (alternativ siehe Tipp).
- Die getrocknete Steinpilze in eine kleine Schüssel geben, mit 100 ml Wasser bedecken und mind. 20 Min. Einweichen.
- Das Einweichwasser der Cashewkerne abgiessen und die Cashews in einen Hochleistungsmixer geben (Alternativ einen Stabmixer verwenden). Die getrockneten Pilze mit dem Einweichwasser dazugeben sowie alle weiteren Zutaten für die Sauce und diese fein pürieren.
- Die Sauce in einem grossen Topf kurz aufkochen, (dabei dickt die Sauce noch etwas ein) und nach Belieben mit Salz und Pfeffer abschmecken
- Die Penne gemäss Packungsangabe kochen.
- Parallel dazu die frischen Pilze in Scheiben schneiden und in einer beschichteten Pfanne fettfrei anschwitzen und anbraten während ca. 10 Min. In einer kleinen Schüssel 1 EL Sojasauce mit 2 EL Wasser verrühren, damit ablöschen, das Wasser verdampfen lassen und die Pfanne vom Herd nehmen.
- Das Kochwasser der Teigwaren abschütten, die Penne zur Sauce in den Topf geben und gut vermengen.
- Die Penne in der cremigen Cashew-Pilzsauce anrichten, die gebratenen Pilze darauf verteilen und ggf. mit Edelhefeflocken und frischen Kräutern bestreut servieren.

TIPPS/ANMERKUNGEN

- Variationen: Wenn du ein grosser Fan von Knoblauch bist, kannst du eine zusätzliche Zehe mit in die Sauce geben. Das Gericht schmeckt auch hervorragend mit etwas Räuchersalz.
- Tipp: Wenn du Zeit sparen möchtest, dann kannst du die Cashewkerne anstatt mit kaltem mit kochend heissem Wasser übergiessen und nur 20 Min einweichen lassen.
- Tipp: Für eine glutenfreie Variante einfach glutenfreie Hefeflocken und Penne verwenden.