

Bandnudeln mit frischen milden Pfefferschoten

- frische Bandnudeln
- 80 gr. frische milde Pfefferschoten ca. 16 Stück
- ½ Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- Basilikum
- Schnittlauch
- Dill
- Petersilie
- 1 Tel. grobes Salz
- Olivenöl zum anbraten

Die milden Pfefferschoten gibt es in Köln ab Spätsommer bis hin zum ersten Frost auf dem Wochenmarkt am Apostelnplatz, auf dem Ökomarkt am Rudolfplatz oder bei Mama in Babenhausen.



Zubereitung
ca. 15 Minuten

Die Pfefferschoten waschen und vom Stielansatz befreien, trocken tupfen und im heißen Olivenöl scharf anbraten. Temperatur etwas herunterregeln und die in feine Streifen geschnittenen Frühlingszwiebeln und die klein gehackte Knoblauchzehe zugeben und kurz andünsten. Nun das grobe Salz und die Basilikumblätter unterheben. Die Nudeln nach Anleitung kochen, abgießen und mit den Pfefferschoten in der Pfanne wenden bzw. kurz anbraten. Auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit reichlich frischen kleingehackten Kräutern bestreuen und sofort servieren.

Die milde Pfefferschote ist die handzahme Schwester des scharfen Chillies, etwas dickfleischiger als diese und obwohl geschmacklich sehr würzig, erinnert sie doch eher an die Paprika- als an Chillies-Schote. Im Kühlschrank hält sich die milde Pfefferschote bis zu 2 Wochen und ist so, dank ihrer schnellen Zubereitung, eine willkommene Alternative zur Tiefkühlpizza oder zum langweiligen ichhabheutkeinelustzumkochenundesseeinbutterbrot Variante