



# POLETTO

ITALIENS KÜCHE

Sterneköchin Cornelia Poletto zeigt in unserer Serie, wie die leckersten Rezepte aus Bella Italia garantiert gelingen. Zum Sammeln und Genießen!

Einfach ausschneiden und sammeln



**FOLGE 96** Pasta e fagioli  
mit Knoblauch und frittierten Kräutern







Knoblauch mit dem Messer zerdrücken – so wird das Aroma intensiver



Rosmarin und Salbei werden in heißem Olivenöl frittiert

## Pasta e fagioli

mit Knoblauch und frittierten Kräutern

**SCHWIERIGKEITSGRAD:** einfach  
**ZUBEREITUNGSZEIT:** ca. 1 Stunde  
**EINWEICHZEIT:** über Nacht

### Zutaten (für 4 Portionen):

**Für die Pasta:** 250 g getrocknete Borlottibohnen (kleine Wachtelbohnen), 4 Knoblauchzehen, 1 Zweig frischer Rosmarin, 2–3 Zweige Thymian, 2 Schalotten, 4 EL Olivenöl, 800 ml Geflügelfond, 400 g Ditali (oder eine andere kurze Nudelsorte), Meersalz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle.

**Außerdem:** ½ l Olivenöl zum Frittieren, 2 EL frische Rosmarinnadeln, ca. 16 Salbeiblätter, bestes Olivenöl zum Beträufeln.

- 1 Am Vortag die Bohnen mit zwei angedrückten Knoblauchzehen und den Rosmarin- und Thymianzweigen in reichlich kaltem Wasser einweichen. Über Nacht quellen lassen.
- 2 Am nächsten Tag die Bohnen abgießen und abtropfen lassen. Die Schalotten und die restlichen beiden Knoblauchzehen abziehen und fein würfeln. In einem Topf in 2 EL heißem Öl andünsten. Die Bohnen zufügen, Fond und restliches Öl angießen. Zum Kochen bringen und bei geringer Hitze 30–40 Minuten köcheln lassen, bis die Bohnen bissfest sind. 6–8 EL Bohnen abnehmen und beiseitestellen, die restlichen Bohnen weich kochen.
- 3 Die Nudeln in reichlich kochendem, kräftig gesalzenem Wasser nach Packungsanweisung bissfest kochen. Die weich gekochten Bohnen abgießen (Kochflüssigkeit auffangen) und im Mixer mit etwas Kochflüssigkeit fein pürieren. Dann noch so viel Flüssigkeit zufügen, dass ein cremiges Püree entsteht. Das Püree durch ein Sieb passieren.
- 4 In einem kleinen Topf das Olivenöl erhitzen. Die Rosmarinnadeln und Salbeiblätter darin knusprig frittieren, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 5 Die Pasta abgießen und abtropfen lassen (dabei etwas Kochwasser auffangen). Das Bohnenpüree in einer Pfanne erhitzen, mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken, die abgetropfte Pasta und die ganzen Bohnen unterheben. Falls die Mischung zu dick ist, noch etwas Nudelkochwasser hinzugeben. Nochmals abschmecken. Die Pasta mit den frittierten Kräutern und frisch gemahlenem Pfeffer anrichten und mit bestem Olivenöl beträufeln.

**Pro Portion:** ca. 690 kcal, 27 g Eiweiß, 19 g Fett, 96 g Kohlenhydrate

Haben Sie ein Rezept aus unserer Serie mit Cornelia Poletto ([www.cornelia-poletto.de](http://www.cornelia-poletto.de)) verpasst? Unter [www.fuersie.de/poletto](http://www.fuersie.de/poletto) können Sie alle bisher erschienenen Folgen herunterladen.

## Polettos Wein-Tipp



Zu dem deftigen Pastagericht empfiehlt Cornelia Polettos Sommelier Dirk Pauleweit einen kräftigen Rotwein aus Italien: „Der 2007 Barbera d’Alba Mervisano Orlando Abrigo besitzt eine klare Struktur und ein harmonisches Bouquet. Der Vanilleton des Barriques verbindet sich mit dem Duft von Rosen, Kirschen und Tabak.“ Pro Flasche 16,50 Euro, über [fam@poletto.de](mailto:fam@poletto.de) oder Tel. 0 40/4 80 21 59.