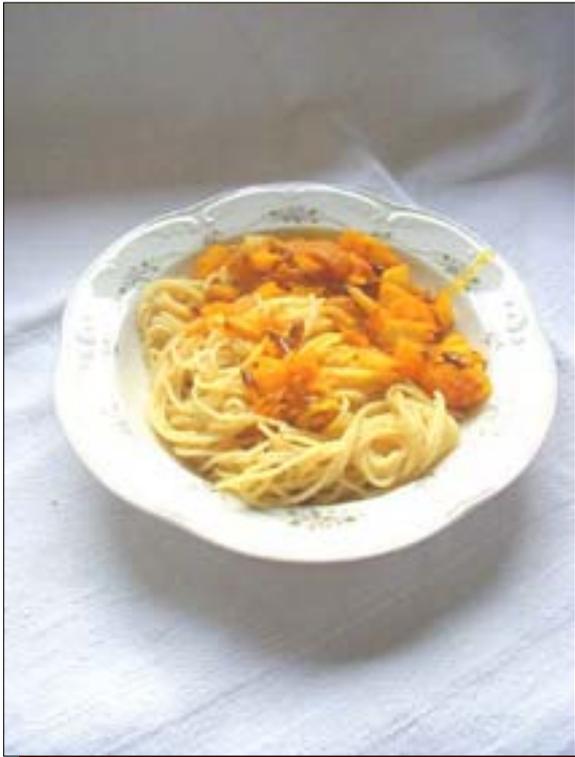


Nudeln mit Fenchel Dattelgemüse



• Zutaten:

400 Gramm	<i>Farfalle oder Bandnudeln</i>
50 Gramm	<i>Pinienkerne</i>
100 Gramm	<i>Zwiebeln</i>
400 Gramm	<i>Fenchel</i>
4 Esslöffel	<i>natives Olivenöl</i>
6 - 12 Esslöffel	<i>Gemüsebrühe</i>
2 - 4 Teelöffel	<i>Zitronensaft</i>
80 Gramm	<i>Datteln ohne Stein</i>
Pfeffer Salz	
1/4 Teelöffel	<i>Safran</i>

• Zubereitung:

1. Nudeln bissfest garen
2. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rundum hellbraun rösten
3. aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen
4. Zwiebeln fein würfeln und Fenchel in 1cm große Würfel schneiden
5. Zwiebeln in Öl andünsten und Fenchel zugeben
6. mit Gemüsebrühe zugedeckt 6-10 Minuten garen
7. Datteln kleinschneiden und mit den Pinienkernen zugeben
8. mit Zitronensaft, Safran und Pfeffer abschmecken
9. zu den fertigen Nudeln reichen