

Brokkoli-Spaghetti und Currysahne

Zutaten

450 gr. Brokkoli

250 gr. Champions

1 mittelgroße Zwiebel

Salz

400 gr. Spaghetti

60 gr. Butter/Margarine

weißer Pfeffer

ca. 1 EL Curry

1 geh. EL Mehl

1/4 l Gemüsebrühe (instant)

250 gr. Schlagsahne

125 gr. Tiefseekrabbenfleisch

Zubereitung

Brokkoli in Röschen teilen. Stiele schälen und klein schneiden. Champions in Scheiben schneiden. Zwiebel fein würfeln. Brokkoli in reichlich Salzwasser 4-5 Minuten kochen. Mit einer Schaumkelle herausheben. Spaghetti in das kochende Wasser geben und 10-12 Minuten garen. 10 gr. Fett im Topf erhitzen. Pilze darin andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Herausnehmen. 30 gr. Fett in dem Topf erhitzen und Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Curry und Mehl darüber stäuben und anschwitzen. Mit Brühe und Sahne ablöschen, aufkochen und Pilze wieder dazu geben. Alles 3-4 Minuten köcheln lassen. Krabben kurz in der Soße erwärmen. Mit Salz und Curry pikant abschmecken. Spaghetti abgießen und abtropfen lassen. Restliches Fett im Topf erhitzen, Brokkoli und Spaghetti darin schwenken. Mit der Soße auf Tellern anrichten.