

Creamy garlic pasta shells

Zutaten:

- 500g Muschelnudeln
- 1 große oder zwei mittelgroße Zehen Knoblauch (oder mehr...)
- 200ml Kochsahne oder (vegane) Milch
- ca. 100g (oder so viel wie man mag) (Veganer) Streukäse (ich empfehle parmigiano reggiano)
- 250ml Gemüsebrühe
- 2 EL Mehl
- 1EL (vegane) Butter
- Salz und Pfeffer



1. Nudeln nach Packungsanweisung kochen
2. In einer großen Pfanne/Wok Butter schmelzen lassen, Knoblauch darin anbraten bis er leicht Farbe bekommt
3. Nach und nach das Mehl hinzugeben und mit einem Schneebesen umrühren, sodass kleine Klumpen entstehen
4. Langsam die Brühe und Kochsahne hinzugeben und weiter vorsichtig umrühren
5. Den Streukäse ebenso langsam hinzugeben und weiter rühren, bis die Sauce dick wird. Mit Salz und Pfeffer (und, wenn gewollt, Knoblauchpulver) abschmecken
6. Die Nudeln abgießen und zur Sauce hinzufügen - fertig

Guten Appetit!

Hinweis: dieses Rezept habe ich ursprünglich aus der App „KaptnCook“. Eine One-Pot-Version findet ihr hier: <https://pinchofyum.com/garlic-parmesan-shellbows>