

# Penne Sizilia mit Rinderfiletstreifen, Zucchini, Minze und Buttersauce



## Zutaten für drei Personen:

180 g Penne  
Salz für das Nudelwasser  
150 g Rinderfilet oder Rumpsteak  
2-3 EL neutrales Öl  
100 g Zucchini  
9-12 frische Minzblätter  
15-30 Blätter Rucola (optional)

## Sauce:

2 Schalotten  
1 Knoblauchzehe (optional)  
50 g Butter  
1/2 EL brauner Rohrzucker  
300 ml trockener Weißwein  
1 Msp Salz  
75 ml kräftige Rinderbrühe  
2 Msp Cajun-Gewürz

1. Für die Sauce die Schalotten schälen und würfeln. Knoblauch in Scheiben schneiden. Beides in Butter farblos anschwitzen. Mit dem Rohrzucker ankaramellisieren. Weißwein angießen, auf etwa 1/3 einreduzieren. In einen anderen Topf abseihen, dabei etwa 1 EL Zwiebelwürfel beiseitestellen, den Rest gut ausdrücken. Mit der Rinderbrühe verdünnen, mit Salz und Cajun-Gewürzmischung abschmecken.

2. Die Nudeln nach Packungsanweisung in reichlich Salzwasser kochen. Garprobe machen.

3. Inzwischen Zucchini waschen, trocknen, längs vierteln und in Scheibchen schneiden. Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und in einem Wok oder einer Wokpfanne portionsweise mit neutralem Öl unter Rühren sehr kurz braten, dann in Alufolie warm stellen. Anschließend Zucchini in Scheibchen pfannenrühren. Mit der Sauce ablöschen, zurückbehaltene Zwiebelwürfel (ohne Knoblauch!) und abgetropfte Nudeln untermischen, ganz kurz aufkochen und das Fleisch sowie die in Streifen geschnittene Minze unterheben.

4. Zum Anrichten mit Rucolablättern garnieren.

## Hinweise:

Wegen der Machart im Wok und den Gewürzen ist das schon eher cross-over als italienisch. Wer will, kann noch einige Spinatblätter mit den Zucchini pfannenrühren.

Die Anregung stammt aus einem italienischen Stand im Food-Court der Berlin Mall, im August 2017.

## Schlagworte:

schwer, Zubereitung ca. 30 min, Hauptspeisen, Nudeln, Fleisch, Rind, italienisch, cross-over

Rezept und Foto: Walter Stand 23.01.2023