Nudelnest

mit Gemüse

Olivenöl

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

Karotten

1 Zucchini

Broccoli

1 Becher Sauerrahm

evtl. 1 Streichkäse

Parmesan

Salz, Pfeffer

Pudding

¼ l Milch

250 g Topfen

2 El Honig