



One-Pot-Pasta mit Gemüse

... mit Quark-Creme

Mehr Rezepte gibt's auf knusperstuebchen.net

So wird's gemacht

Gemüse alles in feine Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch fein hacken, in einem großen Topf mit Olivenöl anschwitzen. Gemüse außer die Erbsen hinzugeben und gut anbraten. Gewürze, Zucker und Tomatenmark hinzugeben und verrühren. Mit Brühe und Tomaten ablöschen. Pasta hinzugeben. Gut verrühren und bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren. Zum Schluss Parmesan, Kräuter und die Erbsen hinzugeben. Weitere 5 Minuten köcheln lassen bis die Pasta al dente ist. Abschmecken und nach Belieben auf einem Rucola- oder Spinat-Bett servieren.

Tipp: Nach Belieben können auch 150 g Champignons mit zum Gemüse gegeben werden.

Einkaufsliste

Für 3-4 Personen

- 300 g Garofalo Pasta Calamarata
- 700 ml Gemüsebrühe
- 400 g gehackte Tomaten (aus der Dose)
- 2 EL Tomatenmark
- 1 fein gehackte Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 50 ml Olivenöl
- 1 EL frisches Basilikum
- 1 EL frische Petersilie
- 2-3 Möhren
- 100 g Sellerie
- 1 Stange Lauch
- 1 Paprika
- 150 g grüne Erbsen
- 50 g Parmesan
- 2-3 TL Oregano
- 1 TL Thymian
- 1 TL Rosmarin
- 1 TL Salz
- 1 TL Pfeffer
- 2 TL Majoran
- 1 TL Paprikapulver
- 1 TL Zucker
- Rucola oder Spinat nach Belieben zum Servieren

