

# MARLEY SPOON



## Mediterrane Salsiccia-Pasta

mit Tomaten und Artischocken



20-30Min.



3-4 Personen

Das Artischockenherz ist nur ein Teil dieses Gemüses, bei dem sich der ganze Blütenkopf kochen, frittieren oder braten lässt. Dabei zergeht uns das Ergebnis jedes Mal aromatisch und leicht herb auf der Zunge! Unser Koch Matthias bietet dir heute diese mediterrane Variation mit saftiger Salsiccia-Wurst in dickem Tomatensud an, der dieses Supergemüse begleitet.

## Was du von uns bekommst

- 20g frische Petersilie
- 400g passierte Tomaten
- 1 Päckchen Puttanesca-Gewürz
- 1 Päckchen getrocknete Tomaten<sup>12</sup>
- 500g Spaghetti<sup>1</sup>
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Packung Salsiccia
- 1 Packung Artischocken

## Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

## Allergene

Gluten (1), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 740.0kcal, Fett 24.6g, Eiweiß 29.3g, Kohlenhydrate 98.0g



### 1. Nudeln kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Pasta** aufsetzen. Sobald das Wasser kocht, die **Nudeln** hineingeben und für ca. 9-10Min. kochen, bis sie bissfest sind. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



### 2. Salsiccia schneiden

Die **Salsiccia** mit einem scharfen Messer von der Pelle befreien und in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden.



### 3. Gemüse vorbereiten

Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden, Weiß und Grün voneinander trennen. Die **getrockneten Tomaten** fein hacken.



### 4. Salsiccia anbraten

Die **Salsiccia-Scheiben** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl ca. 2-3Min. kross anbraten. Die **Artischocken** und das **Weiß der Lauchzwiebeln** dazugeben und alles weitere ca. 1-2Min. braten.



### 5. Sauce ansetzen

Die **getrockneten Tomaten** hinzufügen und alles mit den **passierten Tomaten** ablöschen. Die **1/2 der Gewürzmischung** dazugeben und mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen. Die **Sauce** ca. 2-3Min. einkochen lassen und ggf. erneut abschmecken.



### 6. Pasta mischen

Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken. Das **Grün der Lauchzwiebeln** unter die **Sauce** mischen. Die **Nudeln** unter die **Sauce** heben und mit **gehackter Petersilie** garniert servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf [marleyspoon.de](https://marleyspoon.de) an.    **#marleyspooning**