

# MARLEY SPOON



## Saftiges Schweinskarree,

bunte Karotten und Basilikumbutter



20-30min



2 Personen

Heute braten wir saftiges Schweinskarree, verfeinern dieses noch mit einer Basilikumbutter und betten es auf herzhaftes Pasta. Orecchiette - so der Name dieser Pastaform - erinnern sowohl in ihrer Form als auch ihrem Namen an Öhrchen und in ihnen bleibt besonders viel Geschmack von der leckeren Karotten-Pfanne hängen.

## Was du von uns bekommst

- frischer Basilikum
- Sieglindes Erdäpfelgewürz
- Zwiebel
- bunte Karotten
- Schweinesteak 1cm
- Orecchiette <sup>1</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Butter <sup>7</sup>
- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- große Pfanne
- großer Kochtopf
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler

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

### Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 885.0kcal, Fett 26.6g, Eiweiß 50.2g, Kohlenhydrate 106.9g



1. Zwiebel vorbereiten

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. **Basilikum** von den Stängeln zupfen und in Streifen schneiden.



2. Karotten vorbereiten

**Karotten** schälen und in ca. 1cm große Würfel schneiden. Einen großen Topf mit ausreichend gesalzenem Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen.



3. Pasta kochen

Sobald das Wasser kocht, die **Hälfte** der **Pasta** hinein geben und ca. 8-10Min. bissfest kochen. Sobald sie gar ist, ca. eine halbe Tasse Kochwasser abschöpfen. Anschließend Wasser abgießen und **Pasta** im Sieb abtropfen lassen, dann warm beiseite stellen. Die übrige Pasta wird nicht mehr verwendet.



4. Karotten anbraten

Große Pfanne mit 1EL Öl auf mittlere Stufe erhitzen. **Karottenwürfel** ca. 8Min. unter Rühren anbraten. **Zwiebel** zugeben und glasig braten, bis die **Karotten** bissfest sind. Mit einer Prise Zucker, Salz, Pfeffer und 1EL der **Gewürzmischung** abschmecken. Evtl. etwas Wasser zugeben, wenn die **Karotten** zu dunkel werden.



5. Fleisch anbraten

Inzwischen eine mittelgroße Pfanne mit 1-2EL Öl auf mittlere Stufe erhitzen. Das **Fleisch** trocken tupfen und in der Pfanne ca. 2- 3Min. pro Seite goldbraun gar braten. Aus der Pfanne nehmen, salzen, pfeffern und ruhen lassen.



6. Pasta mischen

1-2EL Butter in der Fleischpfanne schmelzen, **Basilikum** maximal 1Min. anbraten. Vorsicht, nicht zu dunkel werden lassen! **Pasta** in der **Karottenpfanne** schwenken, evtl. mit etwas Kochwasser verdünnen, salzen und pfeffern. **Pasta** mit **Fleisch** anrichten, **Basilikumbutter** darüber gießen.