

MARLEY SPOON



Penne mit Salsiccia, Tomatensugo und grünen Oliven

 30-40min  2 Personen

Italienische Pasta, würzige Salsiccia und grüne Oliven: So schnell und einfach lässt sich ein unwiderstehliches Pasta-Gericht zaubern. Knackige Fisolen und feuriges Chilipulver runden den Leckerbissen ab. Die ganze Küche duftet nach dem schmackhaften Aroma der Salsiccia, da können wir es gar nicht abwarten loszulegen!

Was du von uns bekommst

- rote Zwiebel
- Chilipulver
- gewürfelte Paradeiser
- Knoblauchzehe
- Fisolen
- frische Petersilie
- Salsiccia
- grüne Oliven
- Penne ¹

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

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

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 987.0kcal, Fett 44.6g, Eiweiß 32.8g, Kohlenhydrate 110.5g



1. Gemüse schneiden

Einen mittelgroßen Topf mit 1TL Salz und Wasser für die **Penne** zum Kochen bringen. Währenddessen **Zwiebel** und **Knoblauch** schälen und fein hacken. **Fisolenenden** abschneiden, dann in ca. 1cm dünne Stücke schneiden. **Oliven** grob hacken. **Petersilie** von den Stängeln befreien und ebenfalls grob hacken.



4. Sauce zubereiten

Mit 200ml Wasser ablöschen und kurz verdampfen lassen. Die **gewürfelten Paradeisern, Oliven** und das angebratene **Fleisch** mit etwas Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker zugeben und ca. 6 - 8 Min. bei schwacher Hitze einkochen lassen.



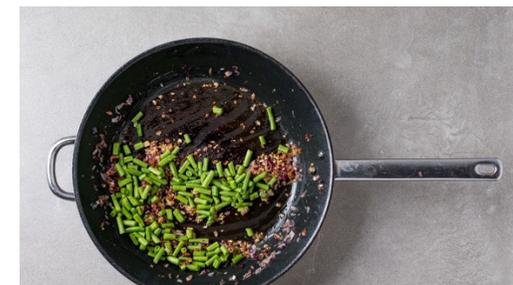
2. Salsiccia braten

Das **Salsiccia-Fleisch** vorsichtig mit den Händen aus der Haut drücken. 1EL Olivenöl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen. **Fleisch** darin rundum kurz anbraten. Mit einem Holzlöffel in Stücke teilen, und braten bis das **Fleisch** gleichmäßig braun und leicht angebraten ist (Das Brät kann schnell zu trocken werden, daher nur kurz halten).



5. Pasta kochen

Penne ca. 8-9Min. in dem kochenden Wasser bissfest garen. Anschließend absieben. **Penne** mit der **Hälfte** der **Petersilie** zu der **Sauce** geben und gründlich vermischen.



3. Gemüse anbraten

Das **Fleisch** aus der Pfanne heben und kurz beiseitestellen. **Zwiebel, Knoblauch**, (nach Geschmack) **Chilipulver** in die Pfanne geben und ca. 3-5Min. unter gelegentlichem Rühren anbraten. **Fisolen** zugeben und ca. 1Min. kurz anschwitzen.



6. Fertigstellen

Penne auf Tellern verteilen, mit verbliebener **Petersilie** bestreuen und sofort servieren.