



One Pot Pasta

mit Mangold und getrockneten Tomaten



20-30min



3-4 Personen

Du kommst abends nach Hause, hast Hunger, aber keine Energie? Dann ist dieses Pastagericht genau das Richtige für dich, denn es geht „one-pot-mäßig“ einfach. Die Nudeln kochen mit getrockneten Tomaten, frischen Kräutern und Frischkäse auf dem Herd allein vor sich hin, zum Schluss mischst du den Babyspinat unter - das war's! Und jetzt sofort: Genießen!

Was du von uns bekommst

- getrocknete Tomaten ¹²
- Penne ¹
- passierte Tomaten
- Knoblauch
- rote Thai-Chilischote
- Babyspinat
- frische Kräuter: Basilikum & Rosmarin
- Frischkäse

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Kochtopf
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Wer großen Hunger hat, kann die gesamte Packung Nudeln kochen.

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 790kcal, Fett 26.6g, Kohlenhydrate 106.2g, Eiweiß 26.8g



1. Tomaten schneiden

Die **getrockneten Tomaten** abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden, dabei ggf. das **Öl der getrockneten Tomaten** auffangen.



2. Kräuter hacken

Die **Basilikumblätter** abzupfen, den **Rosmarin** von den Stängeln streifen und beides fein hacken.



3. Knoblauch schneiden

Den **Knoblauch** schälen und fein hacken. Die **Chilischote** in feine Ringe schneiden. **Tipp:** Wer es nicht ganz so scharf mag, entfernt die **Kerne**. Und wer es gar nicht scharf mag, lässt die **Chili** einfach weg.



4. Sauce ansetzen

In einem großen Topf die **passierten Tomaten** mit **600ml leicht gesalzenem Wasser** aufkochen lassen.



5. Pasta kochen

Die **getrockneten Tomaten** mit dem aufgefangenen **Tomatenöl**, den **gehackten Kräutern**, dem **Knoblauch**, den **Nudeln** und dem **Frischkäse** in die kochende **Sauce** rühren und alles ca. 12-15Min. köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren. **Tipp:** Wenn das Wasser zu schnell verdampft, nach Bedarf mehr hinzufügen.



6. Pasta fertigstellen

Nach und nach den **Babyspinat** unterrühren, bis er zusammenfällt. Zum Schluss die **Chiliringe** untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sobald die **Pasta** bissfest ist, den Topf vom Herd nehmen und die **Pasta** servieren.