

# MARLEY SPOON



## 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 <sup>12</sup>
- Penne <sup>1</sup>
- 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.