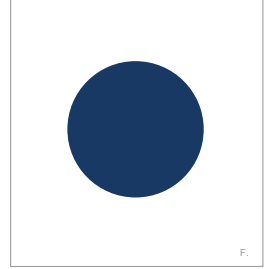


Tagliatelle Caponata mit Auberginen & Basilikum

25-35 Minuten



Tagliatelle



Aubergine



rote Paprika



Passierte Tomate



Zwiebel



Knoblauch



Gemüsebrühe



Chili



Thymian



Gelbe Paprika



Geriebener Hartkäse

Lass uns anfangen

Denken Sie daran, Ihre Hände 20 Sekunden lang zu waschen, bevor Sie beginnen. Dann spülen Sie Gemüse, Obst und Kräuter.

Küchenutensilien

Schneidebrett, Pfanne, Pflanne, Sieb, Backblech, Knoblauchpresse, Schalen

Zutaten

	2 PERS.	4 PERS.
Aubergine	1 Stück	2 Stk
rote Paprika	1 Stück	1 Stück
Gelbe Paprika	1 Stück	2 Stk
Zwiebel	1 Stück	2 Stk
Knoblauchzehe	2 Stk	4 Stück
Thymian	1 Stück	2 Stück
Chili	1 Stück	1 Stück
Passierte Tomate	200 g	400 g
Gemüsebrühe 10)	4 g	8 g
Wasser (Schrift 4)	100 ml	200 ml
Tagliatelle 8) 13)	250 g	500 g
Geriebener Hartkäse 7)	20 g	40 g
Salz, Pfeffer, Olivenöl	je nach Geschmack und Bedürfnissen	

Nährstoffgehalt (Basierend auf unvorbereiteten Zutaten)

	PRO 100 G.	PRO TEIL 481 G.
Energie	384 kj / 92 kcal	1845 kj / 468 kcal
Cool	1 g	6 g
Gesättigte Fettsäuren	1 g	3 g
Kohlenhydrat	16 g	76 g
Davon Zucker	3 g	16 g
Protein	4 g	19 g
Ballaststoff	2 g	9 g
Salz	0,2 g	1,1 g

Allergene

7) Milch 8) Ei 10) Sellerie 13) Gluten

Zutaten, Gemüsebrühe: Gemüse auskochen (Wasser, Zwiebel, Karottenextrakt, Tomate, Sellerie, Kräuter, Knoblauch, Gewürze), Salz, Glukosesirup, Maltose-Dextrin, Hefeextrakt, Zucker, Aroma, Rapsöl



1. Gemüse backen

Ofen auf 220 / 200 °C Umluft vorheizen.

Auberginen und **Paprika** in 1 cm große Würfel schneiden.

Auf ein Backblech mit Backpapier verteilen und mit 2 TL **Olivenöl** beträufeln.

Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen und durchmengen.

Für 20 - 25 Minuten im Ofen backen.



4. Nudeln kochen

Fügen Sie die **Passierte Tomate**, **Gemüsebrühe** und **Wasser** in die Pfanne und lassen Sie es für 2 - 3 Minuten weiter köcheln bis es leicht eindickt.

Nudeln im Topf für 4 - 5 Minuten kochen bis diese Weich sind.

Wasser abgießen und die **Nudeln** zurück in den Topf geben und mit etwas **Olivenöl** vermengen.



2. Zutaten vorbereiten

Zwiebeln in dünne Scheiben schneiden.

Knoblauch pressen.

Den Thymian hacken.

Chili in Scheiben schneiden.



5. Gemüse hinzufügen

Fügen Sie das **Gemüse** und die gekochten **Nudeln** zu der **Tomatensauce** in die Pfanne.

Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.



3. Zwiebeln braten

Einen Topf mit leicht gesalzenen **Wasser** zum Kochen bringen.

Erhitzen Sie etwas **Olivenöl** in einer Pfanne bei mittlerer bis hoher Hitze.

Zwiebeln für 3 - 4 Minuten braten bis diese weich sind.

Fügen Sie **Knoblauch** und **Thymian** (etwas zum Servieren beiseite legen) hinzu.

Bei niedriger bis mittlerer Hitze 1 min. weiter braten.



6. Server

Pasta auf einen tiefen Teller anrichten.

Mit **Chili (Scharf!)**, **geriebenen Käse** und nach belieben **Thymian** garnieren.

Guten Appetit!