



<650kcal: Tortelli mit Tomaten-Thymian-Sauce

dazu gegrillte Zucchini mit Käse



ca. 25min



3-4 Personen

Wir lieben es, mit frischen Kräutern zu kochen – das gibt dem Essen einfach mehr Komplexität und ein köstliches Aroma. Heute zum Beispiel ergänzen wir unsere fruchtige Tomatensauce mit herb-würzigem Thymian und garnieren die gegrillten Zucchini mit zartem Basilikum. Ein tolles Geschmackserlebnis! Neben den Kräutern sind die Tortelli der Star, denn fein gefüllte Teigtaschen mit einer leckeren Sauce gehen einfach immer!

- 500g Ricotta-Spinat-Tortelli ^{1,3,7}
- 4 Tomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 30g Basilikum & Thymian
- 2 Dosen Tomatenmark
- 1 Päckchen
Gemüsebrühgewürz
- 2 Zucchini
- 1 unbehandelte Zitrone
- 2 Stückchen Hartkäse ^{3,7}

- 2EL Butter ⁷
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer

- 2 große Töpfe
- Grillpfanne
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

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

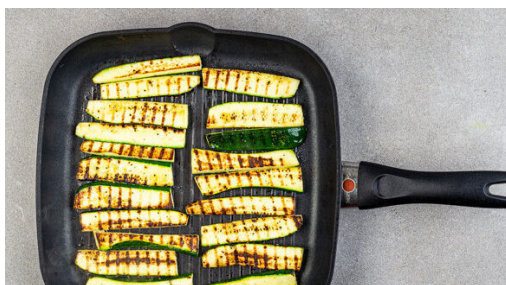
Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 547kcal, Fett 22.4g,
Kohlenhydrate 66.7g, Eiweiß 21.2g



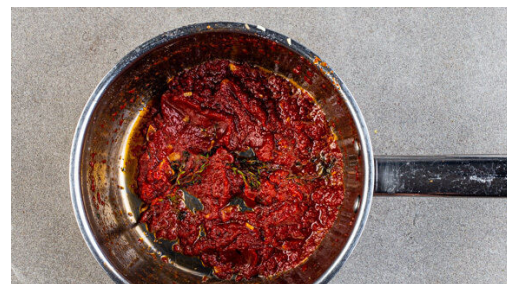
1. Pasta kochen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Währenddessen die **Tomaten** in kleine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 4-5Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



4. Zucchini grillen

Die **Zucchini** jeweils quer halbieren, dann längs in ca. 0,5cm dicke Scheiben schneiden. Die **Zucchini**scheiben mit 2EL Olivenöl, ½TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer einreiben. Ggf. portionsweise in einer Grillpfanne oder einer normalen Pfanne bei starker Hitze 2-3Min. auf jeder Seite scharf anbraten, bis sich Röstspuren zeigen.



2. Sauce ansetzen

Die **Tomaten**, den **Knoblauch** sowie den **Thymian samt Stängeln** in einen zweiten großen Topf geben, dann mit 2EL Butter und 1 kräftigen Prise Salz bei mittlerer Hitze ca. 2Min. unter gelegentlichem Rühren anbraten. Das **Tomatenmark** einrühren und ca. 1Min. erhitzen.



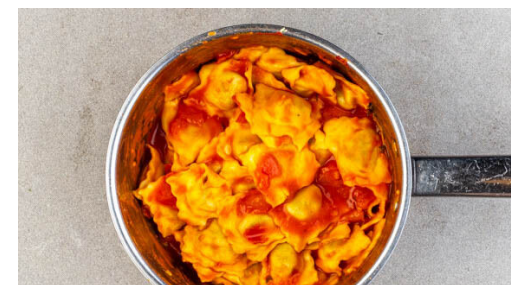
5. Zucchini verfeinern

Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Das **Basilikum** von den Stängeln zupfen und in feine Streifen schneiden. Die **Basilikumstreifen** mit der **Zitronenschale** und **2EL Zitronensaft** verrühren und mit den **Zucchini** vermengen. Den **Käse** mit einem Sparschäler darüber hobeln. Die **Zucchini** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Sauce köcheln

600ml warmes Wasser in den Topf gießen und das **Brühgewürz** einrühren. Die **Sauce** aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 10Min. einköcheln lassen, bis ca. die ½ der Flüssigkeit verdunstet ist.



6. Pasta vermengen

Den **Thymian** aus der **Sauce** entfernen. Die **Sauce** mit dem **restlichen Zitronensaft** sowie Salz und Pfeffer abschmecken und ggf. etwas Wasser hinzufügen. Die **Pasta** in dem Topf mit der **Sauce** vermengen, dann auf tiefe Teller verteilen und servieren. Die gegrillten **Zucchini** dazu reichen.