



RS-KF Pasta mit würziger Schweinswurst

und Paprika in Tomatensauce



ca. 20min



2 Personen

Der Person, die die Schweinswurst erfand, werden wir wahrscheinlich auf ewig dankbar sein. Die herzhafte Wurst wertet einfach jedes Rezept auf und passt zu fast allem, das Würze und Biss vertragen kann. Beispielsweise kann man sie super statt Hackfleisch in Nudelsaucen verwenden – und deshalb machen wir heute eine Art Wurstgulasch mit Paprika. Dazu gibt es keine Spaghetti, sondern die etwas breiteren Tagliatelle. Mmh!

Was du von uns bekommst

- 200g Bio-Tagliatelle ¹
- 2 Paprika
- 1 Zwiebel
- 2 Schweinswürste
- 1 Pck. edelsüßes Paprikapulver
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 1 Knoblauchzehe

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Tomatenketchup
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne mit Deckel
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 815kcal, Fett 34.5g, Kohlenhydrate 95.5g, Eiweiß 31.6g



1. Gemüse schneiden

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in ca. 1cm große Stücke schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. 1 Knoblauchzehe schälen und sehr fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken.



2. Salsiccia vorbereiten

Die **Salsiccia** entweder häppchenweise aus der Pelle drücken oder mit einem scharfen Messer samt Pelle in ca. 1cm große Stücke schneiden.



3. Sauce zubereiten

Die **Salsiccia** und die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze 3-4Min. anbräunen. Die **Paprika**, den Knoblauch, **1TL Paprikapulver** und 1 Prise Salz in die Pfanne geben und mit den **gehackten Tomaten** ablöschen. Die Hitze reduzieren und die **Sauce** 7-10Min. abgedeckt köcheln lassen.



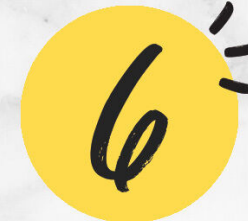
4. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. **1 Tasse Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



5. Fertigstellen & servieren

Die **Sauce** nach Geschmack mit 1EL Ketchup verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Pasta** mit der **Sauce** vermengen, dabei je nach gewünschter Konsistenz etwas **Pastawasser** zufügen. Die **Pasta** mit etwas frisch gemahlenem Pfeffer bestreut servieren.



6. Salat oder kein Salat?

Viele Menschen besitzen bekanntlich keine Mikrowelle, zum Beispiel aus Umwelt- oder Platzgründen. Aber etwaige Reste vom letzten Abendessen immer auf dem Herd aufwärmen, och nö, keine Lust ... Das ist aber auch gar nicht nötig, denn unsere Tagliatelle schmecken auch kalt – falls überhaupt etwas von ihnen übrig bleibt. Manche würden es wohl sogar „Nudelsalat“ nennen, aber jeder, wie er will.