



Pasta-Auberginen-Pfanne mit Oliven

in würziger Tomaten-Miso-Sauce



ca. 30min



2 Portionen

Mal wieder Lust auf Pasta? Das haben wir uns schon gedacht! Heute gibt es Conchiglie, die schicken Pastamuscheln, und zart gebratene Aubergine. Die Tomatensauce wird durch Oliven, Schalotten und unsere Geheimzutat Misopaste extra aromatisch. Und da wir von Extras nicht genug bekommen, bestreust du den italienischen Festschmaus am Ende noch mit veganem Reibe-Topping von Willicroft. Na dann: Buon appetito!

Was du von uns bekommst

- 1 Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1 große Aubergine
- 200g Bio-Conchiglie ¹
- 1 Pck. schwarze Oliven
- 1 Dose Kirschtomaten
- 25g Misopaste ^{1,2}
- 75g veganes Reibe-Topping von Willicroft

Was du zu Hause benötigst

- 1EL vegane Margarine
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne mit Deckel
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 852kcal, Fett 35.6g, Kohlenhydrate 109.3g, Eiweiß 19.4g



1. Schalotte braten

Die **Schalotte** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden. Die **Schalotten** und den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer bei mittlerer Hitze ca. 10Min. braten, bis die **Schalotten** gebräunt und weich sind. Ggf. etwas Wasser zugeben.



4. Sauce zubereiten

Die **Oliven** grob schneiden, zu den **Schalotten** geben und ca. 1Min. weiterbraten. Die **Tomaten** und 1TL Zucker hinzugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und bei niedrigster Hitze sanft köcheln lassen. Sobald die **Auberginen** gar sind, diese ebenfalls in die **Tomatensauce** geben und unterheben.



2. Aubergine dämpfen

Die **Aubergine** in ca. 1,5cm große Würfel schneiden und in einer zweiten großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze unter regelmäßigem Rühren in 5-7Min. bräunlich braten. 50ml Wasser hinzugeben und abgedeckt 4-6Min. dämpfen, bis die **Auberginen** weich sind.



5. Fertigstellen & servieren

Die **Misopaste** mit 50ml Wasser glattrühren, zur **Sauce** geben und ca. 1Min. köcheln. Die **Pasta** und **1-2EL Pastawasser** unterheben. 1EL vegane Margarine einrühren und die **Sauce** mit mehr **Pastawasser**, Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Pasta-Auberginen-Pfanne** mit dem **Reibe-Topping** bestreut servieren.



3. Pasta kochen

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 9-11Min. bissfest kochen. **1 Tasse Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



6. Auflauf geht auch

Mit diesen herrlichen Zutaten lässt sich auch leicht ein Nudelaufbau zubereiten. Einfach die Pasta-Auberginen-Pfanne in eine Auflaufform geben, das Reibe-Topping darüber streuen und im Backofen bei 220°C (200°C Umluft) backen, bis das Reibe-Topping geschmolzen ist.