



## Vegetarische Mozzarella-„Hähnchen“-Penne

in Tomatensauce mit Karotten und Zucchini



ca. 35min



4 Portionen

Heute kommt ein italienisches Meisterwerk auf den Tisch, das sowohl Kinder als auch Erwachsene begeistern wird! Dieses Gericht vereint die leckeren veganen Hähnchenschetzel von Heura, zarten Mozzarella und frisches Gemüse in einer fruchtig-würzigen Tomatensauce. Elegant auf feiner Penne serviert und mit Basilikumcreme verfeinert. Buon appetito!

## Was du von uns bekommst

- 400g Bio-Penne <sup>1</sup>
- 2 Zwiebeln
- 2 Karotten
- 2 Zucchini
- 2 Pck. vegane Hähnchenschnetzel <sup>3</sup>
- 1 Pck. italienische Gewürzmischung
- 400g passierte Tomaten
- 2 Mozzarellas <sup>2</sup>
- 2 Pck. Basilikumcreme

## Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter <sup>2</sup>
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer

## Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- Sieb

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

### Allergene

Gluten (1), Milch (2), Sojabohnen (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 958kcal, Fett 40.0g, Kohlenhydrate 94.5g, Eiweiß 52.0g



### 1. Gemüse schneiden

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und fein würfeln. Die **Karotten** ggf. schälen, längs vierteln und quer in dünne Scheiben schneiden. Die **Zucchini** ebenfalls längs vierteln und quer in dünne Scheiben schneiden.



### 4. Sauce köcheln

Die **Zucchini** in die Pfanne geben und 2-4Min. braten, bis sie leicht weich werden. Dann die **Gewürzmischung** zugeben und 30-60Sek. unter stetigem Rühren mitbraten. Die **passierten Tomaten** zugeben und einmal aufkochen lassen, dann die **Sauce** bei niedriger Hitze sanft köcheln lassen, bis die **Pasta** gekocht ist.



### 2. Sauce ansetzen

Die **veganen Schnetzel** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl und 2EL Butter bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Die **Zwiebeln** und die **Karotten** zugeben, mit je 1TL Salz und Pfeffer würzen und 3-4Min. weiterbraten, bis die **Zwiebeln** glasig sind.



### 5. Mozzarella vorbereiten

Den **Mozzarella** abtropfen lassen und in mundgerechte Stücke zupfen.



### 3. Pasta kochen

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



### 6. Pasta fertigstellen

Die **Pasta** und die **½ des Mozzarellas** mit der **Sauce** vermengen, dabei esslöffelweise **Pastawasser** zugeben, um die Konsistenz anzupassen. Die **Pasta** auf Tellern anrichten und mit dem **restlichen Mozzarella** und der **Basilikumcreme** garniert servieren.