



One-Pot-Pasta mit Linsen-Strozzapreti

mit Pilzen, Zucchini und Basilikum



ca. 20min



2 Portionen

Du kommst abends nach Hause und hast Hunger, aber keine Lust auf einen Haufen an Kochgeschirr? Dann ist dieses Pastagericht genau das Richtige für dich: Unsere One-Pot-Pasta mit Linsen-Strozzapreti, Pilzen, Zucchini und frischem Basilikum bringt in nur einem Topf jede Menge Geschmack auf deinen Teller - bei minimalem Abwasch. Und auch die Kleinen werden das Gericht lieben. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 1 Knoblauchzehe
- 10g Basilikum
- 1 Zucchini
- 200g geschnittene Champignons
- 1 Dose Kirschtomaten
- 1 Pck. italienische Gewürzmischung
- 250g Bio-Linsen-Strozzapreti
- 150g Violife Creamy

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- Wasserkocher
- Messbecher

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

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 782kcal, Fett 26.6g,
Kohlenhydrate 88.0g, Eiweiß 41.9g



1. Zutaten vorbereiten

400ml Wasser in einem Wasserkocher aufkochen. Inzwischen den **Knoblauch** schälen und grob würfeln. Die **Basilikumblätter** abzupfen und beiseitelegen. Die **Basilikumstängel** grob schneiden. Die **Zucchini** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden.



4. Pasta kochen

Die **Pasta** in den Topf geben, mit dem **Gemüse** und der **Sauce** vermengen und abgedeckt zum Kochen bringen. Dann den Deckel abnehmen, die Hitze reduzieren und unter gelegentlichem Rühren ca. 4Min. köcheln lassen, bis die **Pasta** bissfest ist. Ggf. mehr heißes Wasser hinzugeben.



2. Zucchini und Pilze braten

Die **Zucchini** und die **Pilze** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 2-3Min. braten.



5. Pasta verfeinern

Die **Pasta** ggf. 1-2Min. weiterkochen, wenn sie nach ca. 4Min. Kochzeit nicht bissfest sein sollte. Sobald die **Pasta** bissfest ist, den **Violife Creamy** unterrühren, bis sie geschmolzen ist.



3. Sauce ansetzen

Den **Knoblauch**, die **Basilikumstängel**, die **Tomaten**, die **Gewürzmischung**, ½TL Salz, 1 kräftige Prise Pfeffer und 250ml abgekochtes Wasser in den Topf geben.



6. Anrichten und servieren

Abschmecken und ggf. mit mehr Salz und Pfeffer würzen. Die **Pasta** auf Teller verteilen und mit den **Basilikumblättern** garniert servieren.