



Pikante Pasta all'amatriciana

mit Speck und Paprika



ca. 30min



4 Portionen

Manchmal braucht es nur wenige Zutaten, um eine köstliche Pastasauce zu kreieren, die auf allen Ebenen überzeugt. Heute zum Beispiel setzen wir Speck als Geschmacksträger ein, denn durch seine salzige Würze und das enthaltene Fett ist er als Saucenzutat äußerst dienlich. Fruchtige Tomaten und knackige Paprika sorgen für Farbe und Frische, während pikante Chiliflocken unserem Pastagericht Leben einhauchen. Einfach köstlich!

Was du von uns bekommst

- 400g Bio-Penne ²
- 3 Tomaten
- 1 Pck. Chiliflocken
- 2 Zwiebeln
- 2 Paprika
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Pck. Speckwürfel
- 3 Stückchen Hartkäse ^{1,3}

Was du zu Hause benötigst

- 1TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Stabmixer mit hohem Gefäß
- großer Topf
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Sieb

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 715kcal, Fett 28.7g, Kohlenhydrate 87.2g, Eiweiß 26.1g

1

1. Pasta kochen

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. 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.

2

2. Gemüse vorbereiten

Die **Tomaten** grob würfeln und mit **1 kräftigen Prise Chiliflocken** in einem hohen Gefäß grob pürieren. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Chiliflocken** verwenden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und fein würfeln. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken.

3

3. Speck & Zwiebeln braten

Den **Speck** und die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten, dann den **Knoblauch** zugeben und ca. 30Sek. mitbraten.

4

4. Sauce köcheln

Die **Paprika** und die **pürierten Tomaten** in die Pfanne geben, die Hitze reduzieren und die **Sauce** 6-8Min. köcheln lassen, bis sie eindickt. Mit 1TL Honig verfeinern und mit je ½TL Salz und Pfeffer würzen.

5

5. Anrichten & servieren

Den **Käse** fein reiben. Die **Pasta** mit der **Sauce** und dem **Käse** vermengen, dabei je nach gewünschter Konsistenz ggf. etwas **Pastawasser** zugeben. Die **Pasta all'amatriciana** in tiefen Tellern anrichten und servieren.

6

6. Voll süß

Wenn du keinen Honig zuhause hast, kannst du in Schritt 4 auch Zucker oder eine andere Form von Süße verwenden. Verzichten solltest du darauf aber nicht, da die Süße ein toller Gegenpart zur Schärfe der Chiliflocken ist und die Sauce geschmacklich abrundet.