



Pasta Ruckizucki mit Schweinswurst

mit Karotten-Lauch-Gemüse und Pinienkernen



ca. 20min



2 Portionen

Heute haben wir ein herzhaftes Pastagericht für dich, das innerhalb kürzester Zeit auf dem Tisch steht. Dabei schmeckt das würzige Schweinswurst-Gemüse-Ragù so intensiv köstlich, als hätte es stundenlang auf dem Herd schmoren müssen, um so viel Aroma zu entwickeln. Mamma mia, wie lecker!

Was du von uns bekommst

- 200g Bio-Penne ¹
- 2 Schweinswürste
- 450g Spaghetti-Gemüsemix
- 1 Pck. griechische Gewürzmischung
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 15g Pinienkerne
- 1 Pck. Hartkäse, gehobelt ²

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- kleine Pfanne
- Sieb

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 957kcal, Fett 41.9g, Kohlenhydrate 107.8g, Eiweiß 38.5g



1. Schweinswurst braten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Würste** von der Haut befreien und in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. In einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. rundum goldbraun anbraten.



2. 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.



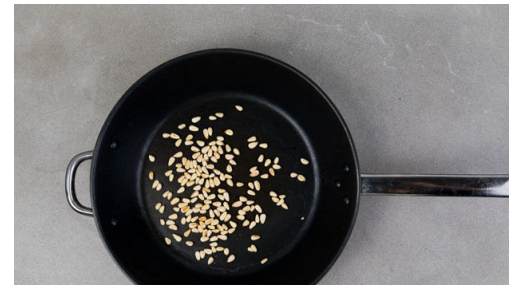
3. Gemüse mitbraten

Den **Gemüsemix** zur **Wurst** in die Pfanne geben und 3-4Min. mitbraten, dann mit der **Gewürzmischung nach Geschmack** würzen.



4. Sauce zubereiten

Die **gehackten Tomaten** und das **Brühgewürz** in die Pfanne geben und gut unterrühren. Einmal aufkochen und anschließend ca. 5Min. sanft köcheln lassen.



5. Pinienkerne anrösten

Die **Pinienkerne** in einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Zugabe von Fett 1-2Min. goldbraun anrösten. Zum Abkühlen auf einem Teller beiseitestellen.



6. Pasta fertigstellen

Den **Käse** fein hacken. Die **Pasta** gut mit der **Sauce** vermengen, dabei ggf. etwas **Pastawasser** hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Pasta** auf Teller verteilen, mit dem **Käse** und den **Pinienkernen** garnieren und servieren.