MARLEY SPOON



Herzhafte „Chorizo“-Pfanne vegan

mit Pasta, buntem Gemüse und Petersilie

30-40min 4 Portionen

Mal wieder Lust auf einen schicken Teller Spaghetti, aber nicht unbedingt mit Bolognese oder Carbonara? Da haben wir genau das Richtige für dich! Heute bereitest du deine Pasta herzhaft mit veganer Chorizo zu. Die herrliche Sauce besteht aus buntem Gemüse mit Paprika, Karotten, Zwiebeln sowie Zitronensaft. Der Leckerbissen wird dann noch schön mit aromatischer Petersilie verfeinert. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 400g Bio-Spaghetti [1]
- 2 Paprika
- 2 Tomaten
- 10 vegane Chorizos [2]
- 2 Karotten
- 2 rote Zwiebeln
- 1 unbehandelte Zitrone
- 20g Petersilie
- 2 Pck. nordafrikanische Gewürzmischung

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

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

Allergene
Enthält: **Gluten** (1), **Sojabohnen** (2).

Kann Spuren enthalten von: Eier, Senf, Erdnüsse, Sesamsamen, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion
Energie 925kcal, Fett 42.3g, Kohlenhydrate 102.3g, Eiweiß 27.9g



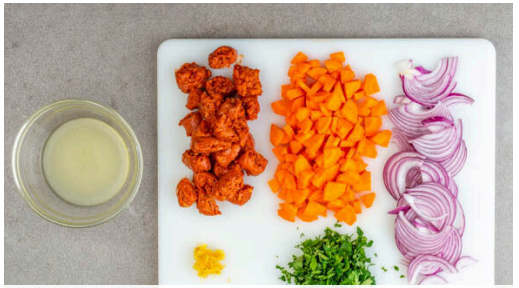
1. Gemüse vorbereiten

Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 250°C vorheizen. In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Paprika** längs halbieren und entkernen. Die **Tomaten** halbieren. Die **Paprika** und die **Tomaten** auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben und mit 2EL Olivenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen.



2. Gemüse backen

Die **Paprika** und die **Tomaten** 7–10Min. im oberen Drittel des Ofens backen, bis das **Gemüse** Röstmarken bekommt und weich wird. 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.



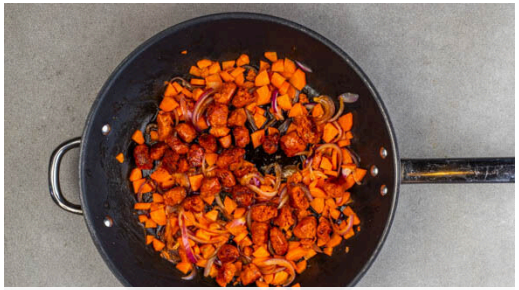
3. Zutaten vorbereiten

Inzwischen die **vegane Chorizo** in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **Karotten** ggf. schälen, längs vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Die **Petersilie** fein hacken.



4. Sauce zubereiten

Die **Tomatenhaut** ablösen und entfernen. Die **Paprika**, die **Tomaten**, die **½ der Gewürzmischung**, 3EL Olivenöl, die **½ des Zitronensafts**, die **½ der Zitronenschale**, 1TL Zucker, je ½TL Salz und Pfeffer und **2–3EL Pastawasser** in einem hohen Gefäß zu einer glatten **Sauce** pürieren. Ggf. mit mehr **Gewürzmischung** abschmecken.



5. Chorizo & Gemüse braten

Die **vegane Chorizo**, die **Karotten** und die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze in 3–5Min. goldbraun anbraten.



6. Pasta fertigstellen

Die **Sauce** unterrühren und einmal aufkochen lassen, dann auf ein Köcheln reduzieren. Die **Pasta** mit der **Chorizopfanne** vermengen. Je nach gewünschter Konsistenz mehr **Pastawasser** zugeben. Mit Salz und Pfeffer sowie **Zitronensaft** und **-schale** abschmecken. Die **½ der Petersilie** unterrühren. Die **Pasta** mit der **restlichen Petersilie** garniert servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**