MARLEY SPOON



Herzhafte „Chorizo“-Pfanne vegan

mit Pasta, buntem Gemüse und Petersilie

ca. 30min 2 Portionen

Mehr Zutaten, mehr Genuss: Mit diesem XXL-Rezept erhältst du Zutaten für zwei Portionen statt einer. Ideal, wenn du Besuch hast, gemeinsam kochen möchtest oder dir eine Portion für später aufheben willst. Ein kleiner Aufpreis, der sich doppelt lohnt – flexibel, praktisch und richtig lecker.

Was du von uns bekommst

- 200g Bio-Spaghetti [1]
- 1 Paprika
- 1 Tomate
- 5 vegane Chorizos [2]
- 1 Karotte
- 1 rote Zwiebel
- 1 unbehandelte Zitrone
- 10g Petersilie
- 1 Pck. nordafrikanische Gewürzmischung

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- mittelgroße 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 936kcal, Fett 43.0g, Kohlenhydrate 103.5g, Eiweiß 28.0g



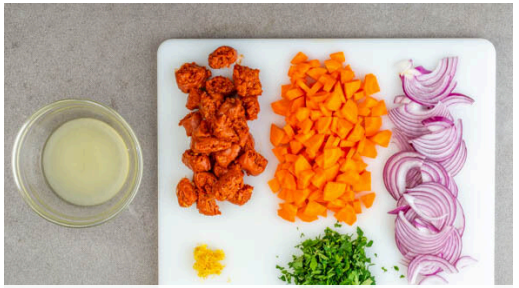
1. Gemüse vorbereiten

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



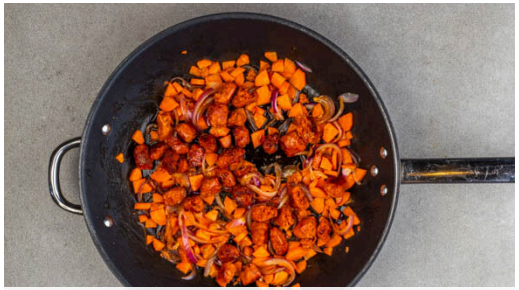
3. Zutaten vorbereiten

Inzwischen die **vegane Chorizo** in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **Karotte** ggf. schälen, längs vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Die **Zwiebel** 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**, 2EL Olivenöl, **½EL Zitronensaft**, die **½ der Zitronenschale**, ½TL Zucker, je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer und **1–2EL 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 mittelgroßen Pfanne mit 1EL 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**