MARLEY SPOON



Paprika-Auberginen-Pasta vegan

mit cremiger Walnusssauce und Basilikum

ca. 30min 3 Portionen

Es geht doch nichts über schnellen Genuss in seiner leckersten Form. Daher empfehlen wir dir auch wärmstens diese wunderbare Pastakreation mit ihrer rein pflanzlichen, cremigen Sauce aus Walnüssen, aromatisch gewürzt mit Knoblauch und feiner Schalotte. Dazu gibt es viel frische Paprika und Aubergine sowie eine ebenso schmackhafte wie gut aussehende Garnitur aus Basilikum und Pekannusskernen. Ein italienisches Meisterwerk!

Was du von uns bekommst

- 400g Bio-Penne [1]
- 2 Paprika
- 1 Aubergine
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Schalotte
- 75g Walnusskerne [3]
- 500ml vegane Haferkochcreme [1,2]
- 2 Pck. Hefeflocken
- 25g Pekannusskerne [3]
- 10g Basilikum

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenwaage
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene
Enthält: **Gluten** (1), **Sojabohnen** (2), **Schalenfrüchte** (3).

Kann Spuren enthalten von: Milch, Senf

Nährwertangaben pro Portion
Energie 969kcal, Fett 55.2g, Kohlenhydrate 94.3g, Eiweiß 23.4g



1. Gemüse schneiden

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in 2–3cm große Würfel schneiden. Die **Aubergine** längs vierteln, dann in 1–2cm dicke Scheiben schneiden. Den **Knoblauch** und die **Schalotte** schälen und grob würfeln.



2. Walnusssauce vorbereiten

Die **Walnusskerne** in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1–2Min. anrösten. **Vorsicht**, sie werden schnell zu dunkel. Anschließend mit **375ml veganer Kochcreme** und den **Hefeflocken** in ein hohes Gefäß geben. Den **Knoblauch** und die **Schalotten** in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1Min. anschwitzen und ebenfalls in das hohe Gefäß geben.



3. Gemüse braten

Die **Paprika** und die **Auberginen** in der Pfanne mit 1½EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 9–11Min. braten, bis sie leicht gebräunt sind, dann mit 1 Prise Salz würzen, ca. 1Min. weiterbraten und die Pfanne vom Herd nehmen. Das **Gemüse** mit 1EL Essig sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Pasta kochen

300g Pasta in das kochende Wasser geben und in 7–9Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **250ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



5. Walnusssauce pürieren

Die **Zutaten** für die **Walnusssauce** mit ½TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer würzen und alles mit einem Stabmixer zu einer glatten **Sauce** pürieren. Je nach gewünschter Konsistenz esslöffelweise Wasser hinzugeben. Ggf. mit mehr Salz abschmecken.



6. Garnieren und servieren

Die **Pekannüsse** grob hacken. Die **Basilikumblätter** abzupfen und grob zerteilen. Die **Pasta** imTopf mit der **Sauce** und ca. **75ml Pastawasser** bei starker Hitze unter Rühren ca. 1Min. erwärmen, ggf. mehr **Pastawasser** zufügen. Die **Pasta** mit dem **Gemüse** auf Tellern anrichten und mit den **Pekannüssen** und dem **Basilikum** 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**