



## Risoni mit Rindswurst und Zucchini

in Paprikasauce mit frischen Kräutern



ca. 25min



2 Personen

Du willst nicht viel Zeit investieren und noch viel weniger Kochgeschirr? Dann ist dieses herzhafte Gericht genau das Richtige für dich: Zucchini, Pasta und Wurst kommen mal fix in dieselbe Pfanne, die rauchige Paprikasauce rühren wir der Einfachheit halber direkt hinein. Noch ein paar frische Kräuter für Auge und Gaumen - fertig. Das Leben kann so einfach sein.

## Was du von uns bekommst

- 1 Zucchini
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Rindswürste
- 200g Risoni<sup>1</sup>
- 1 Päckchen Rinderbrühgewürz
- 1 rote Paprika
- 1 Päckchen geräuchertes Paprikapulver
- 20g Basilikum & Petersilie
- 1 unbehandelte Zitrone

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- große Pfanne mit Deckel
- Wasserkocher
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Zitronenpresse

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

## Allergene

Gluten (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 696kcal, Fett 24.1g, Kohlenhydrate 85.4g, Eiweiß 33.2g



### 1. Zutaten vorbereiten

In einem Wasserkocher 400ml Wasser zum Kochen bringen. **Tipp:** Die nach Wasserkocher variierende Mindestmenge beachten und ggf. mehr Wasser aufkochen. Die **Zucchini** längs halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden. Den **Knoblauch** schälen und grob würfeln. Die **Würste** in dicke Scheiben schneiden.



### 4. Paprikapüree zugeben

Die **Paprika** halbieren, entkernen und grob würfeln. In einem hohen Gefäß mit 100ml heißem Wasser und **1/2-1TL Paprikapulver** glatt pürieren. Das **Paprikapüree** in die Pfanne geben und unterrühren.



### 2. Wurst und Zucchini braten

Den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 30Sek. anbraten. Die **Wurstscheiben** dazugeben und 1-2Min. mitbraten, dann die **Zucchini** mit 1 Prise Salz in die Pfanne geben und ca. 3Min. anbraten.



### 5. Garnitur vorbereiten

Das **Basilikum** und die **Petersilie** samt Stängeln grob schneiden. Die **Zitrone** halbieren und **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden.



### 3. Risoni garen

Mit 200ml heißem Wasser ablöschen, die **Risoni** und das **Brühgewürz** unterrühren und alles abgedeckt bei mittlerer Hitze 7-10Min. köcheln lassen, bis die **Risoni** bissfest sind. Zwischendurch prüfen und bei Bedarf etwas mehr heißes Wasser hinzugeben. Die Pfanne vom Herd nehmen.



### 6. Risoni verfeinern

Die **Risoni** mit **1-2EL Zitronensaft** sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Mit den **Kräutern** garnieren und mit den **Zitronenspalten** servieren.