



Tortelloni mit Feta und breiten Bohnen

in cremiger Joghurt-Basilikum-Sauce



ca. 25min



3-4 Personen

Tortellini oder Tortelloni? Worin liegt eigentlich der Unterschied? Tortelloni zeichnen sich traditionell nicht nur durch die vegetarische Füllung aus, sondern sind auch etwas größer als ihre kleineren, oft fleischgefüllten Teigtaschen-Vettern. Zum Glück! So gibt's nämlich für jeden eine ordentliche Portion, die sich inmitten von Bohnen und Feta, mit Fenchel angemachter Paprika und frischer Joghurtsauce äußerst gut macht!

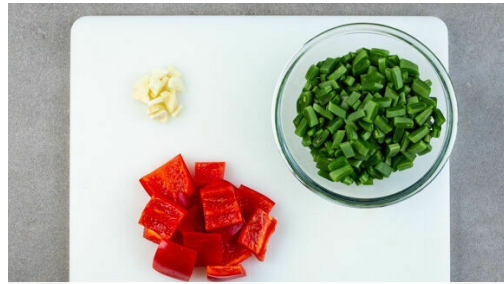
- 500g Pesto-Tortelloni ^{1,3,7}
- 400g briete Bohnen
- 2 rote Paprika
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Päckchen
Gemüsebrühgewürz
- 1 Päckchen Fenchelsamen
- 15g Basilikum
- 100g Fetakäse ⁷
- 2 Becher Joghurt ⁷

- 1TL Weizenmehl ¹
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- großer Topf
- große Pfanne mit Deckel
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

Allergene
Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann
Spuren von anderen Allergenen
enthalten.

Energie 601kcal, Fett 26.1g,
Kohlenhydrate 68.6g, Eiweiß 22.8g



In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Bohnen** schräg in ca. 1 cm lange Stücke schneiden, die Enden entfernen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in 2-3cm große Stücke schneiden. Den **Knoblauch** schälen und grob würfeln.



Die **Basilikumblätter** abpflücken und grob zerteilen, die **Stängel** fein schneiden.



Den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 30Sek.-1Min. anbraten. Die **Bohnen** dazugeben, dann mit 300ml Wasser ablöschen und das **Brühgewürz** einrühren. Abgedeckt 5-7Min. köcheln lassen, bis die **Bohnen** bissfest sind. Mit 1TL Mehl bestäuben und ohne Deckel ca. 1Min. köcheln lassen, bis die Flüssigkeit größtenteils verdampft ist.



Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 4-5Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Den **Feta** mit den Fingern oder einer Gabel grob zerkrümeln.



Die **Paprika** in einer zweiten großen Pfanne mit 2EL Olivenöl und 2 Prisen Salz bei mittlerer Hitze ca. 6Min. braten, bis sie weich ist. Die **Fenchelsamen** dazugeben und ca. 2Min. mitbraten, dann die Pfanne vom Herd nehmen und beiseitestellen.



Die **Pasta** zu den **Bohnen** in die Pfanne geben und unterheben. Vom Herd nehmen, den **Joghurt**, die **Basilikumstängel** und 2 kräftige Prisen Salz unterrühren. Die **Pasta** ggf. erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit der **Paprika** auf tiefe Teller verteilen und mit dem **Feta** und den **Basilikumblättern** garniert servieren.