

Spanische Pasta

Ihr braucht:

- 250 g Vollkornpasta
- 500g Pflaumentomaten
- 1 (grüne) Paprika
- 1 kleine, rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL Rotweinessig
- 0,5-1 TL Chilliflocken
- 2 EL Hefeflocken
- 1 EL Semmelbrösel
- 250g Kirschtomaten
- 20g Basilikum
- 50g schwarze Oliven
- 100g Pinienkerne
- Salz & Pfeffer

So geht's:

Für die Soße bereiten wir zuerst unser Gemüse vor: Pflaumentomaten halbieren und das Innere herauslösen, dann die Paprika entkernen und würfeln. Den Knoblauch und die Zwiebel schälen und die Zwiebel vierteln.

Gebt das Gemüse in einen Mixer und fügt Rotweinessig, Chiliflocken, Hefeflocken und Semmelbrösel hinzu. Püriert alles so lang, bis ihr eine leicht stückige Masse erhaltet. Danach könnt ihr mit Salz und Pfeffer abschmecken. Achtung! Die Masse NICHT glatt pürieren!

Setzt genügend gesalzenes Wasser in einem großen Topf auf und kocht eure Nudeln so lang, bis sie al dente sind. Bevor ihr die Nudeln abgießt, füllt ca. 100ml des Nudelwassers ab und stellt es für später zur Seite.

Nutzt die Zeit, um die Kirschtomaten zu vierteln, Das Basilikum zu rupfen, die Oliven in Streifen zu schneiden und die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett kurz anzurösten.

Gebt die Nudeln, die pürierte Soße und das zur Seite gestellte Nudelwasser in eine Schüssel und vermengt alles so lang, bis die Soße an den Nudeln haftet. Nur noch mit den Pinienkernen und Basilikum bestreuen und fertig!

