

Rezept

Auberginen-Pasta mit Artischocken

Ein Rezept von Auberginen-Pasta mit Artischocken, am 30.03.2023

Zutaten

Salz	1 Aubergine (ca. 300 g)
3 EL Olivenöl	Pfeffer
200 g Vollkorn-Nudeln (z. B. Penne)	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 Dose Kirschtomaten (400 g Inhalt)
½ TL getrockneter Oregano	1 Glas Artischocken (180 g Abtropfgewicht)
4 Stängel Petersilie	100 g Ricotta (mind. 42 % Fett i. Tr.)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 660 kcal, 25 g F, 25 g EW, 81 g KH

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Aubergine putzen, waschen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Diese auf einem Blech mit 2 EL Öl, Salz und Pfeffer mischen und im heißen Ofen (Mitte) in 10-15 Min. goldbraun backen.
2. Inzwischen die Nudeln im kochenden Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Das übrige Öl (1 EL) in einer großen Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Die Kirschtomaten dazugeben, die Sauce mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen und anschließend offen ca. 5 Min. köcheln.
3. Inzwischen die Artischocken abgießen, abtropfen lassen, je nach Größe halbieren oder vierteln und unter die Sauce mischen. Nudeln abgießen und tropfnass unter die Sauce heben. Die gerösteten Auberginenwürfel unterheben.
4. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und diese hacken. Die Pasta auf zwei Tellern anrichten und den Ricotta in Flöckchen darauf verteilen. Die Auberginennudeln mit Petersilie bestreuen und servieren.