

Rezept

Gelbe Pasta-Gemüsepfanne

Ein Rezept von Gelbe Pasta-Gemüsepfanne, am 28.06.2026

Zutaten

200 g Penne	Salz
1 gelber Zucchini	1 gelbe Paprikaschote
125 g gelbe Kirschtomaten	1 Zwiebel
4 EL Sonnenblumenkerne	2 EL Sonnenblumenöl
2 EL Olivenöl	2 EL frisch geriebener würziger Hartkäse

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 720 kcal

Zubereitung

1. Penne in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen, gut abtropfen lassen.

2. Gemüse waschen und putzen. Zucchini in Scheiben und dann in breite Streifen, Paprika auch in Streifen schneiden, Kirschtomaten halbieren.

3. Die Zwiebel schälen, klein würfeln und mit den Sonnenblumenkernen im Sonnenblumenöl anbraten. Zucchini und Paprika 2 Min. mitbraten. Die Nudeln zugeben, dann auch die Tomaten. Noch 1-2 Min. braten. Zum Servieren Olivenöl und Hartkäse daraufgeben.