

Rezept

Pastatouille

Ein Rezept von Pastatouille, am 27.04.2024

Zutaten

150 g grüne Bohnen	1 TL getrocknetes Bohnenkraut
Salz	400 g Penne
1 kleine Aubergine (250 g)	1 Zucchini (200 g)
1 rote Paprikaschote	1 rote Zwiebel
2 Knoblauchzehen	2 EL Olivenöl
Pfeffer	1 EL Thymianblättchen
50 ml trockener Weißwein (ersatzweise Gemüsebrühe)	1 EL Agavendicksaft
1 Handvoll Basilikumblätter	2-3 EL Aceto balsamico

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 470 kcal

Zubereitung

1. Bohnen waschen, putzen und halbieren. Mit dem Bohnenkraut in kochendem Salzwasser bei mittlerer Hitze zugedeckt 10-15 Min. garen. Nudeln nach Packungsanweisung in reichlich kochendem Salzwasser bissfest garen. Beides in ein Sieb abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.
2. Aubergine und Zucchini waschen. Paprika längs halbieren, entkernen und waschen. Zwiebel und Knoblauch schälen. Alles getrennt klein würfeln.
3. Öl in einer Pfanne erhitzen. Aubergine, Zucchini, Zwiebel und Paprika darin 6 Min. kräftig anbraten, salzen und pfeffern. Knoblauch und Thymian hinzufügen und weitere 2 Min. braten. Mit Wein ablöschen. Agavendicksaft, Bohnen und Nudeln unterrühren und kurz weiterkochen. Mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Als warmen Salat mit Basilikum bestreut servieren.