

Rezept

Vegane Drei-Tomaten-Pasta mit Spargel

Ein Rezept von Vegane Drei-Tomaten-Pasta mit Spargel, am 26.04.2025

Zutaten

500 g grüner Spargel	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	100 g getrocknete, in Öl eingelegte Tomaten
Salz	500 g Penne
2 EL Pinienkerne	3 EL Olivenöl
400 g passierte Tomaten (Dose)	Pfeffer
200 ml Gemüsefond (Glas)	250 g Kirschtomaten
3-4 Stängel Basilikum	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 700 kcal

Zubereitung

1. Den Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden abschneiden. Spargel schräg in 4 - 5 cm lange Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen, dann in feine Streifen schneiden. Reichlich Salzwasser aufkochen, die Nudeln darin nach Packungsangabe in wenigen Minuten bissfest kochen.
2. Währenddessen eine große beschichtete Pfanne erhitzen und die Pinienkerne darin bei mittlerer Hitze goldbraun rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Anschließend das Öl in der Pfanne erhitzen und Spargel, Zwiebel und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze andünsten. Getrocknete und passierte Tomaten zufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit dem Fond ablöschen und die Sauce bei milder Hitze unter Rühren offen 5 - 7 Min. kochen lassen.
3. Inzwischen die Kirschtomaten waschen und halbieren. Die Nudeln auf ein Sieb abgießen und kurz abtropfen lassen. Mit den Kirschtomaten in die Sauce geben und noch ca. 1 Min. ziehen lassen. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Basilikumblätter von den Stielen zupfen, abreiben und mit den Pinienkernen auf die Nudeln streuen. Die Pasta sofort servieren.