



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 124
Pasta Asciutta

Zutaten



Olivenöl

1 große rote Zwiebel, fein gewürfelt

1 Karotte, fein gewürfelt

1 EL Tomatenmark

1 TL Agavendicksaft



etwas Chilipulver

3 Tomaten, fein gewürfelt

1 Glas Weißwein

1 Dose gehackte Tomaten



100 ml passierte Tomaten
(Passata di Pomodoro)



1 TL Thymian

50 Soja-Schnetzel, nach Packungsanweisung vorbereitet

250 g Capellini oder Spaghetti



½ TL Schwarzen Pfeffer



1 TL Oregano



Meersalz



Optional: 2 EL Pinienkerne,
in einer trockenen Pfanne
geröstet

Rezept

Die Zwiebelwürfel in 3 EL Olivenöl dünsten. Die Karottenwürfel dazu geben und bei geringer Hitze braten, bis das Gemüse weich ist. Tomatenmark und Agavendicksaft hinzufügen und kurz anrösten. Chilipulver und Tomatenwürfel unterrühren. Nach 5 Minuten mit dem Weißwein ablöschen. Dosentomaten und passierte Tomaten hinzufügen und die Sauce 30 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit die abgetropften Soja-Schnetzel in 2 EL Olivenöl kräftig anbraten und die Pasta al dente kochen. Die Soja-Schnetzel in die Sauce rühren und mit Salz, Pfeffer & Oregano abschmecken. Optional Pinienkerne hinzufügen.

Guten Appetit!