

## Mediterrane One-Pot-Pasta mit Veggie-Geschnetzeltem aus dem Thermomix



© Mediterrane One-Pot-Pasta - Rezepte mit Herz

🕒 45 min

👨‍🍳 leicht

👤 4 Personen

In Heft 4/2019 findet ihr tolle vegetarische Rezepte, die selbst begeisterten Fleischessern schmecken werden. Hier haben wir schon mal eine Kostprobe für euch: Diese leckere mediterrane One-Pot-Pasta mit Veggie-Geschnetzeltem aus dem Thermomix. Guten Appetit!

## Zutaten-Einkaufsliste

- |                          |               |  |
|--------------------------|---------------|--|
| <input type="checkbox"/> | <b>700 g</b>  | Wasser   |
| <input type="checkbox"/> | <b>3</b>      | Tomaten  |
| <input type="checkbox"/> | <b>1</b>      | rote und gelbe Paprika   |
| <input type="checkbox"/> | <b>80 g</b>   | getrocknete Tomaten in Öl  |
| <input type="checkbox"/> | <b>1</b>      | Zwiebel  |
| <input type="checkbox"/> | <b>1</b>      | Knoblauchzehe  |
| <input type="checkbox"/> | <b>10 g</b>   | Öl   |
| <input type="checkbox"/> | <b>1 EL</b>   | Öl aus dem Tomatenglas   |
| <input type="checkbox"/> | <b>50 g</b>   | grüne Oliven ohne Stein  |
| <input type="checkbox"/> | <b>2 EL</b>   | getrocknete italienische Kräuter   |
| <input type="checkbox"/> | <b>2 EL</b>   | Gemüsebrühpulver   |
| <input type="checkbox"/> | <b>350 g</b>  | Linguine   |
| <input type="checkbox"/> |               | Salz und Pfeffer   |
| <input type="checkbox"/> | <b>2 Pck.</b> | Veganes Mühlen Geschnetzeltes Typ Hähnchen (à 180 g;<br>Rügenwalder Mühle) |
| <input type="checkbox"/> | <b>125 g</b>  | Ziegenfrischkäse   |
| <input type="checkbox"/> |               | Basilikumblätter zum Garnieren   |

## Zubereitung

### Mediterrane One-Pot-Pasta mit Veggie-Geschnetzeltem aus dem Thermomix

#### Werbung

1. Wasser im Wasserkocher aufkochen lassen. Tomaten waschen, klein würfeln, dabei den Stielansatz entfernen. Paprika waschen, putzen, ca. 2 cm groß würfeln. Getrocknete Tomaten in Streifen schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel vierteln, zusammen mit Knoblauch in den Mixtopf geben und 5 Sek./Stufe 5 zerkleinern. Öl zugeben, 2,5 Min./Varoma/Stufe 1 andünsten.
2. Paprika, frische und getrocknete Tomaten, Oliven, Kräuter, heißes Wasser sowie Gemüsebrühpaste zugeben, 5 Min./100°/ Linkslauf/Stufe 1 aufkochen. Linguine einmal brechen, dann durch die Deckelöffnung in den Mixtopf geben. Nach und nach ohne Druck nachschieben. 15 Min./100 °C/Linkslauf/Sanftrührstufe ohne Messbecher kochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Inzwischen 3 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. [Veganes Mühlen Geschnetzeltes Typ Hähnchen](#) darin unter Rühren 4-5 Minuten von allen Seiten anbraten, warm halten.
4. Linguine zusammen mit Veganes Mühlen Geschnetzeltes Typ Hähnchen auf Tellern verteilen, Ziegenfrischkäse in Flöckchen darüber geben. Nach Belieben mit Basilikumblättern garnieren.

## Nährwertangaben

pro Portion ca. 740 kcal, 36 g E, 30 g F, 80 g KH