One Pot Nudeln mit zweierlei Tomaten und Oliven



Zeit gesamt
25min

Zubereitungszeit
25min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	2 St.
Oliven, schwarz	80 g
Tomaten, getrocknet	90 g
Strauchtomaten	500 g
Farfalle	400 g
Salz	
Gemüsebrühe	1 L
Basilikum, frisch	10 g
Parmesan	20 g
Olivenöl	2 EL

Zubereitung

Küchenutensilien

großer Topf

1. Zwiebel und Knoblauch halbieren, schälen und fein würfeln. Oliven und getrocknete Tomaten getrennt voneinander in ein Sieb geben und abtropfen lassen. Oliven halbieren, Tomaten in Streifen schneiden. Frische Tomaten waschen, Strünke entfernen und grob würfeln.

2. In einem Topf das vorbereitete Gemüse und die Nudeln mit ½ TL Salz mischen, heiße Brühe angießen und zugedeckt aufkochen. One Pot Nudeln anschließend ca. 9–11 Min. offen garen. Dabei häufig umrühren und bei Bedarf noch etwas heißes Wasser angießen.

3. Inzwischen Basilikum waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und fein hacken. Parmesan fein reiben. Fertige Nudeln ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf Teller verteilen. Mit etwas Olivenöl beträufeln und Basilikum und Parmesan bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	540 kcal
Kohlenhydrate	98 g
Eiweiß	19 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	9 g