




Tagliatelle alla puttanesca vegetariana

 Zeit gesamt
25min

 Zubereitungszeit
25min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, rot	2 St.
Olivenöl	2 EL
Strauchtomaten	600 g
Oliven, schwarz	100 g
Kapern	2 EL
Petersilie, frisch	20 g
Salz	
Tagliatelle, frisch	800 g
Pfeffer, schwarz	
Chili, gemahlen	0.25 TL
Zucker	

Zubereitung

 Küchenutensilien

kleine Schüssel, großer Topf, große Pfanne, Sieb, Tasse

1. Zwiebeln halbieren, schälen und in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl auf mittlerer Stufe erhitzen und Zwiebeln darin ca. 10 Min. schmoren. Zwiebeln anschließend in einer Schüssel beiseitestellen.
2. Tomaten waschen, Strunk entfernen und klein würfeln. Oliven und Kapern abgießen und grob hacken. Petersilie waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen. Mit Zwiebeln in der Schüssel mischen.
3. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. Tagliatelle im siedenden Salzwasser ca. 3 Min. bissfest garen. In ein Sieb abgießen, dabei etwa 1 Tasse Kochwasser auffangen.
4. Die Pfanne mit 1 EL Olivenöl auf mittlerer Stufe erhitzen und Tomaten ca. 5 Min. darin anbraten. Oliven und Kapern zugeben, mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. Pasta tropfnass mit etwas Kochwasser zur Tomatensauce geben.
5. Tagliatelle alla puttanesca vegetariana mit Salz und Zucker abschmecken, auf Tellern anrichten, Zwiebel-Petersilien-Mischung darübergeben und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 838 kcal

Kohlenhydrate 161 g

Eiweiß 27 g

Ballaststoffe 4 g

Fette 9 g
