



Vegane One Pot Pasta mit Tomaten

Zeit gesamt
🕒 20min

Zubereitungszeit
🕒 20min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Knoblauchzehen	2 St.
Cherrytomaten	1 kg
Oliven, schwarz	100 g
Olivenöl	5 EL
Zucker	
Salz	
Pastagewürz	2 EL
Penne Rigate	500 g
Gemüsebrühe	500 ml
Basilikum, frisch	10 g

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, großer Topf

1. Knoblauch schälen und in feine Scheiben schneiden. Tomaten waschen und abtropfen lassen. Oliven in ein Sieb abgießen.
2. In einem Topf 2 EL Olivenöl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen. Knoblauch ca. 1 Min. darin anbraten. Tomaten dazugeben, zuckern und ca. 5–8 Min. schmoren, bis sie leicht aufplatzen. Mit Salz und Pastagewürz würzen.
3. Pasta und Oliven zugeben, mit Gemüsebrühe auffüllen. Vegane One Pot Pasta auf mittlerer Stufe ca. 10–12 Min. köcheln, bis die Pasta gar ist.
4. Währenddessen Basilikum waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und hacken. In einer Schüssel mit 3 EL Olivenöl, Salz und Pfeffer vermengen.
5. Vegane One Pot Pasta mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Basilikumöl darauf verteilen und auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	604 kcal
Kohlenhydrate	106 g
Eiweiß	18 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	13 g