

## Rezept

# Pastinakennudeln alla puttanesca

Ein Rezept von Pastinakennudeln alla puttanesca, am 30.06.2024

## Zutaten

- |                                        |                                                 |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <b>1</b> Zwiebel                       | <b>1</b> Knoblauchzehe                          |
| <b>1</b> kleine rote Chilischote       | <b>2 EL</b> Olivenöl                            |
| <b>1 Dose</b> stückige Tomaten (400 g) | <b>1/2 TL</b> getrockneter Oregano              |
| Salz                                   | Pfeffer                                         |
| <b>1 EL</b> Kapern                     | <b>8</b> schwarze Oliven (ohne Stein)           |
| <b>4</b> Pastinaken (1 kg)             | <b>2 EL</b> gehackte Petersilie (nach Belieben) |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** 2 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 300 kcal, 18 g F, 5 g EW, 28 g KH

## Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und klein würfeln. Chilischote waschen, putzen, halbieren, Kerne entfernen und klein würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen, darin Zwiebel und Knoblauch andünsten. Chili zugeben, kurz mitdünsten, dann die Tomaten zugeben, mit Oregano und etwas Salz und Pfeffer würzen und offen in ca. 30 Min. bei mittlerer Hitze sämig einkochen lassen.
2. Inzwischen die Kapern grob hacken und die Oliven in Scheiben schneiden. Die Pastinaken schälen, putzen, zurechtschneiden und mit dem Sparschäler in dicke Streifen schneiden. Pastinaken in die Sauce geben, gut unterrühren und zugedeckt bei mittlerer Hitze 8-10 Min. garen, dabei in den letzten 2-3 Min. Oliven und Kapern unterrühren.
3. Die Nudeln mit Salz und Pfeffer abschmecken, nach Belieben mit Petersilie bestreuen.