

Fusilli mit Gemüsesauce



Zutaten für 2 Personen:

180 g Fusilli
Salz für das Nudelwasser
2 größere Karotten
1/2 kleinere Aubergine
1/3 einer roten Paprika
1 Knoblauchzehe
1/3 Lauch
1 kleiner Zucchini
6 etwas größere Champignons
2 EL Olivenöl
150 ml Gemüsebrühe
2 TL Crème fraîche
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Karotten schälen und zuerst längs in bleistiftgroße Stifte schneiden, dann in Würfel. Bei milder Hitze in Olivenöl braten.

2. Paprika putzen, Aubergine schälen, Zucchini waschen, trocknen und Enden abschneiden. Alles in der gleichen Größe wie die Karotten würfeln. Lauch putzen, längs teilen und in Streifen schneiden. Knoblauch schälen und halbieren.

3. Nach etwa 10 min Garzeit für die Karotten zunächst die Auberginenwürfel und die Paprikawürfel mitbraten, später die Knoblauchzehen und

die Lauchstreifen. Zucchiniwürfel und Champignons erst am Schluss mitbraten.

4. Mit Gemüsebrühe aufgießen, Crème fraîche einrühren und noch etwas köcheln lassen. Knoblauch wieder herausnehmen.

5. Inzwischen auch die Nudeln nach Packungsanweisung in reichlich Salzwasser garen. Garprobe machen. Abgießen und in vorgewärmte Teller geben. Gemüsesauce darüber schöpfen.

Hinweise:

Optional noch einige Kirschtomaten in den letzten 10 Minuten in der Nudelsauce garen.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 40 min, Hauptspeisen, Nudeln, vegetarisch, italienisch

Rezept und Foto: Walter
Stand 20.01.2023