



PASTA MIT KÜRBISSE

4 PORTIONEN // 45 MIN

ZUTATEN

- 400g Pasta
- 700g Kürbis (z.B. Hokkaido, Butternut)
- 2 große Tomaten
- 1 Paprikaschote
- 4 Knoblauchzehen
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL frische Küchenkräuter
- 1 Chilischote (optional)

ANLEITUNG

Kürbis vierteln und entkernen; Paprikaschote halbieren und entkernen. Zusammen mit Tomaten und ungeschältem Knoblauch auf ein Backblech legen und mit Olivenöl beträufeln. Für 25 bis 30 Min. im vorgeheizten Backofen bei 200 °C backen, bis das gesamte Gemüse weich ist. In der Zwischenzeit die Pasta – wir empfehlen hier Dinkel- oder Emmernudeln aus der Hamsterbacke - bissfest kochen und abgießen. Sollte die Schale vom Kürbis nicht essbar sein, dann nun das Kürbisfleisch von der Schale trennen. Ansonsten Kürbisstücke mit Schale grob zerkleinern. Knoblauchzehen aus der Schale drücken. Zusammen mit den Tomaten und der Paprika im Standmixer oder mit einem Pürierstab zu einer Sauce mixen. Mit Gewürzen und Kräutern abschmecken. Die Sauce in einem Topf aufkochen und die Pasta untermischen oder wie normale Pastasauce servieren.