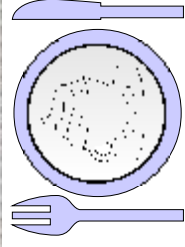


Nährstoff- Reich



Rezeptblock

Pasta mit Tomatensugo

Zutaten: 3 - 4 Personen
300g Dosentomaten, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 500g Kirschtomaten, 1 kleines Gals getrocknete Tomaten in Öl, Rosmarin, Olivenöl, 500g Vollkornnudeln, Salz, Pfeffer, Basilikum, Parmesan

Zubereitung:

Dosentomaten grob zerkleiner, Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln, Kirschtomaten waschen und halbieren, eingelegte Tomaten abtrocknen lassen.

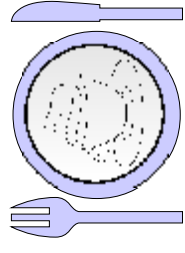
Nudeln nach Packungsanweisung kochen!

Zwiebel und Knoblauch in Öl andünsten, Rosmarin, Dosentomaten und getrocknete Tomaten dazugeben, alles ca 10 Min. einkochen lassen,

Danach die frischen Tomaten unterrühren.



Nährstoff- Reich



Rezeptblock

Fortsetzung Zubereitung:

Soße mit Salz, Pfeffer und Basilikum würzen.
Abgessene Nudeln auf den Teller mit der Soße anrichten.
Dazu geriebenen Parmesan reichen!

