

# Spaghetti mit Knoblauch, Thymian, Salbei, Olivenöl und Mozzarella



Einfach und lecker

Ein einfaches Rezept für Sie. Für ein schnell zubereitetes Pastagericht. Nichts extravagantes oder besonderes. Aber nur mit frischen Zutaten. Und es gelingt exzellent und schmeckt auch so.

Gern ein spätes Abendessen für Sie, da es nicht sehr mächtig ist. Aber Sie sollten nach dem Genuss dieses Gerichts nicht mehr viel unternehmen. Die Anzahl an Knoblauchzehen lässt sich im Geruch nicht verbergen.

*Für 2 Personen:*

- 300 g Spaghetti

- 15 Knoblauchzehen
- 30 g frischer Thymian (2 Packungen à 15 g)
- 30 g frischer Salbei (2 Packungen à 15 g)
- 2 Mozzarella
- Olivenöl
- Dalz
- Pfeffer
- Zucker

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 8 Min.*



Mit zerzupftem Mozzarella

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Die Blättchen jeweils von Thymian und Salbei abzupfen und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Spaghetti in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 8 Minuten garen.

Parallel dazu eine große Menge Olivenöl in einer kleinen Pfanne erhitzen. Knoblauch darin kurz andünsten. Kräuter dazugeben und mit andünsten. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Nach dem Garen der Pasta 10 Esslöffel des Kochwassers zum Pesto geben. Kochwasser der Pasta abschütten. Pasta wieder in den Topf geben. Pesto darüber geben und alles gut vermischen.

Pasta mit Pesto auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

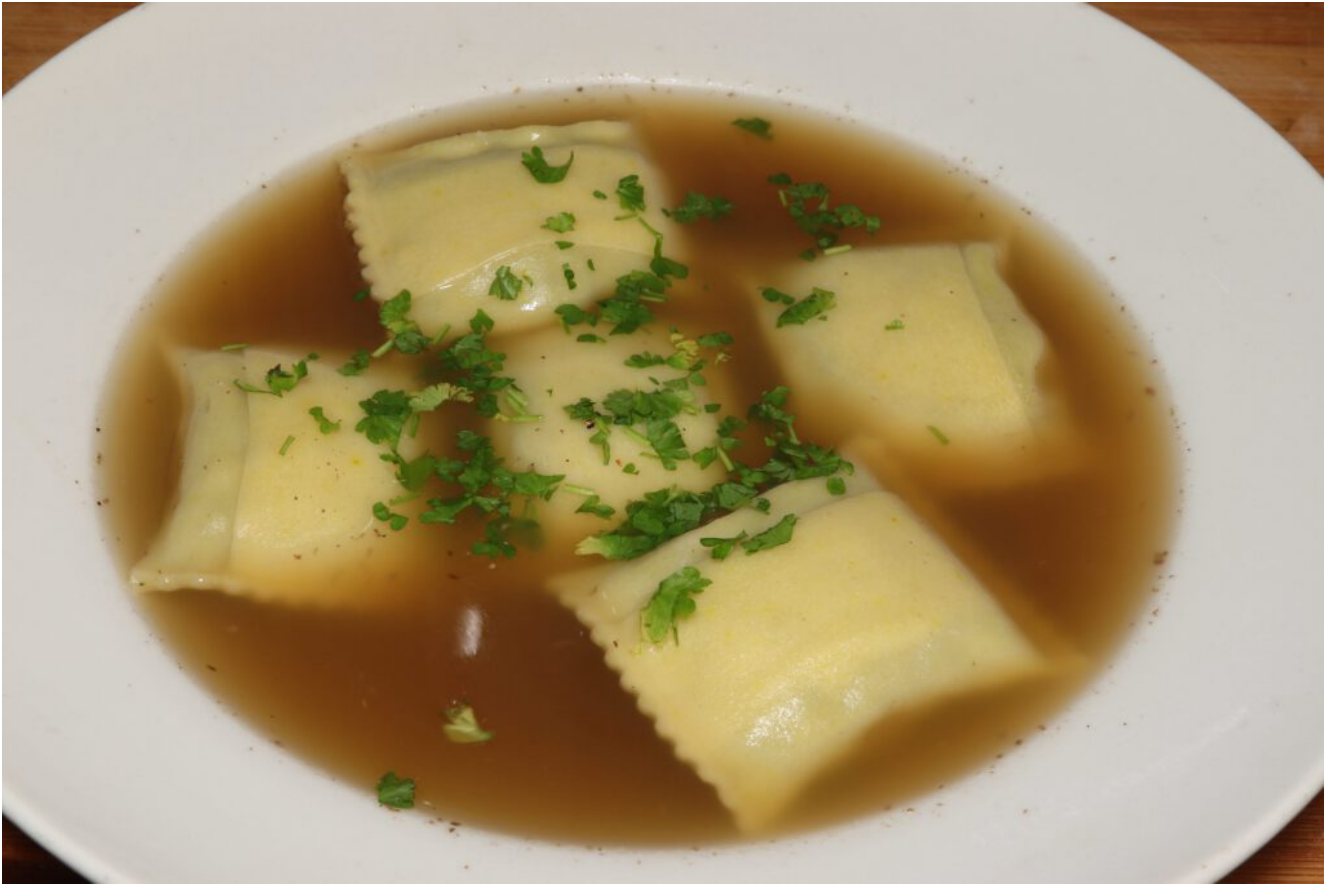
Jeweils einen Mozzarella klein zerzupfen und über einen Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

# **Geflügel-Maultaschen                    in Hühnerbrühe**

Ein Rezept für ein Gericht, das sehr schnell zubereitet ist.



### Leckere Maultaschen

Und das eher so lala ist. Denn zum einen wird ein Convenienceprodukt verwendet. Und zwar die Maultaschen mit Geflügelfleischfüllung. Aber zum anderen wird frisch zubereitete Hühnerbrühe verwendet. Und letztere ist wirklich exzellent.

Und mal ehrlich, machen Sie sich zuhause für einen 2-Personen-Haushalt immer die Mühe, Maultaschen frisch selbst herzustellen und zuzubereiten? Es gibt da wirklich gute Convenienceprodukte, die hervorragend schmecken. Und somit tut dies einem guten Gericht und einem leckeren Essen keinen Abbruch.

Und außerdem ist dieses Gericht, wie oben geschrieben, sehr schnell zubereitet. Denn Sie müssen die Maultaschen nur wie auf der Anleitung der Packung beschrieben in der Hühnerbrühe erhitzen. Bei meinem Convenienceprodukt hat das 7 Minuten gedauert. Und dann die Brühe noch etwas würzen.



Exzellente Hühnerbrühe

*Für 2 Personen:*

- 500 g Maultaschen (mit Geflügelfleisch gefüllt, 2 Packungen à 250 g, jeweils 5 Stück)
- 1 l [Hühnerbrühe](#)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Petersilie

*Zubereitungszeit: 7 Min.*

Petersilie kleinschneiden.

Hühnerbrühe in einem Topf erhitzen.

Maultaschen hineingeben und in der nur noch siedenden Brühe 7 Minuten erhitzen.

Brühe mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und

abschmecken.

Auf zwei tiefe Suppenteller verteilen.

Mit Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Tortellini mit Knoblauch und Rosmarin**

Sie sind sicherlich ab und zu auch in Zeitnot. Dann bereiten Sie eben etwas schnelles zu. Es darf dann auch gern ein Convenienceprodukt sein. Aber ein gutes, das auch etwas kosten darf.



Schnell zubereitet

Diese Tortellini sind mit Rindfleischfüllung. Und ein sehr gutes Convenienceprodukt.

Ich verfeinere sie mit etwas Olivenöl, frischem Rosmarin und Knoblauch.

Garniert noch mit etwas frisch geriebenem Grano Padano.

Das Ergebnis ist in wenigen Minuten fertig und sehr lecker und schmackhaft.

*Für 2 Personen:*

- 500 g Tortellini (mit Rindfleisch gefüllt, 2 Packungen à 250 g)
- 10 Knoblauchzehen
- 4 Zweige frischer Rosmarin
- viel Olivenöl
- Grano Padano
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 5 Min.*



Schmackhaft und lecker

Knoblauchzehen schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Blättchen des Rosmarin abzupfen und kleinschneiden. Ebenfalls in eine Schale geben.

Tortellini in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 3 Minuten garen.

Einen großen Schluck Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch darin kurz andünsten. Rosmarin dazugeben. Tortellini dazugeben und kurz darin schwenken. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Gericht auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Mit frisch geriebenem Grano Padano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!



---

# 4-Formaggi-Tortellini aglio e olio

Essen Sie gerne Pasta? Dann sicherlich auch gute, italienische Pasta. Oder auch frische Pasta. Die gerne ein Convenience-Produkt sein darf.



Frische Pasta

Diese frischen 4-Formaggi-Tortellini sind von einem guten Hersteller, so dass man hier beim Kauf nicht viel falsch machen kann.

Sie sollen bei diesem Gericht so richtig gut zur Geltung kommen. Und werden daher in den Vordergrund gerückt. Indem sie einfach aglio e olio zubereitet werden.

Also einfach einige Minuten gekocht. Dann wird eine großer

Schluck Olivenöl in der Pfanne erhitzt. Sehr viel Knoblauch kommt dazu. Und schließlich werden die fertig gekochten Tortellini nur noch einmal durch Olivenöl mit Knoblauch geschwenkt.



Nur mit Olivenöl und Knoblauch  
Und sofort in tiefen Nudelteller angerichtet.

*Für 2 Personen:*

- 1 kg 4-Formaggi-Tortellini (2 Packungen à 500 g)
- Olivenöl
- 15 Knoblauchzehen
- Salz
- Pfeffer

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 2 Min.*

Knoblauchzehen putzen, schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden.

Tortellini in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 2 Minuten garen.

Einen großen Schluck Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch darin andünsten. Pasta dazugeben und kurz durchschwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Pasta auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Tagliatelle mit Lachs, Knoblauch und Sahne**

Welches sind Ihre Lieblingspasta? Meine eindeutig Tagliatelle und Fettuccine. Also eine Art italienische Bandnudeln. Ich esse sie wirklich sehr gern.



Mit geräuchertem Lachs

Leider hat mein Discounter diese Nudeln nicht im Sortiment. Ich muss immer einige Zeit warten, bis ich zu einem Supermarkt, der etwas weiter entfernt liegt, mit einem größeren Sortiment komme und dort original italienische Tagliatelle und Fettucchine einkaufen kann.

Eine ganz einfache Zubereitung bietet sich hier an. Um die Pasta in den Vordergrund rücken zu lassen und ihr den entsprechenden Stellenwert einzuräumen.

Für die Sauce verwende ich frischen Knoblauch, den ich in Olivenöl kurz andünste. Dann kommt Sahne hinzu. Gewürzt wird nur mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker. Und als kleine Krönung für die Sauce und das Gericht kommt geräucherter Lachs, der in kleine Stücke zerrupft wurde, noch kurz in die Sauce und wird darin nur erhitzt.



Lecker und schmackhaft

*Für 2 Personen:*

- 350 g Tagliatelle
- 250 g geräucherter Lachs (2 Packungen à 125 g)
- 6 Knoblauchzehen
- 200 ml Sahne
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 8 Min.*

Knoblauch putzen, schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden.

Lachsscheiben in grobe Stücke zerrupfen.

Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 8 Minuten garen.

Olivenöl in einem kleinen Topf erhitzen. Knoblauch darin andünsten. Sahne dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Kurz vor Ende der Garzeit der Pasta Lachs in die Sauce geben und nur kurz erhitzen.

Pasta zur Sauce geben. Alles gut vermischen.

Pasta mit Sauce auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Grüner Spargel, Knoblauch, Basilikum, Burrata und Penne Rigate**

Was meinen Sie wohl, kann man mit den in der Überschrift beschriebenen Zutaten zubereiten? Natürlich, ein leckeres Pastagericht, das man am besten gleich selbst kreiert.



Mit wenigen, frischen Zutaten

Ich sage es Ihnen gleich zu Anfang: Das Gericht schmeckt hervorragend. Als Hauptzutaten fungieren der grüne Spargel, wirklich viel Knoblauch und ein Topf Basilikum. Als Würze verwende ich nur Salz, schwarzer Pfeffer und eine Prise Zucker. Und um der Sauce ein wenig Geschmack zu geben, kommt noch etwas Currypulver hinein.

Die Burrata wird nur kleingeschnitten und kurz vor dem Servieren unter das Pastagericht gehoben und mit ihm vermischt.

Wenn Sie die Sauce ein wenig verlängern wollen, bietet sich wie immer an, einige Esslöffel des Kochwassers der Pasta zu verwenden.

*Für 2 Personen:*

- 500 g grüner Spargel (1 Bund)
- 10 Knoblauchzehen
- 1 Topf frischer Basilikum

- 1 Burrata
- 350 g Penne Rigate
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Curry
- Butter

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 11 Min.*



Schmackhaft und lecker

Grünen Spargel putzen, von den holzigen Ende befreien und quer in grobe Stücke schneiden.

Knoblauch putzen, schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden.

Blätter des Basilikum abzupfen und kleinschneiden.

Burrata in kleine Stücke schneiden.



Pasta in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Spargel und Knoblauch darin gute 5 Minuten unter Rühren anbraten. Basilikum dazugeben. Einen Schluck Wasser hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer, Curry und einer Prise Zucker würzen. Sauce abschmecken.

Pasta dazugeben und alles gut vermischen.

Bei Bedarf die Sauce mit dem Kochwasser der Pasta verlängern.

Burrata dazugeben und ebenfalls unterheben.

Gericht auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Servieren. Guten Appetit!

---

# **Tortellini mit Knoblauch und Basilikum**



### Leckere Tortellini

Hier geht es einmal schnell. Sie haben auch nicht immer alle Zeit der Welt zur Verfügung, um stundenlang am Herd zu stehen. Also kauft man ab und zu auch einmal ein Convenience-Produkt. Aber bemüht sich, auch ein wirklich gutes Convenience-Produkt zu kaufen.

In diesem Fall sind es echte, italienische Tortellini. Gefüllt mit Tomaten und Büffelmozzarella!

Natürlich kann man dann ein solches Produkt zuhause in der Küche noch verfeinert. Und gibt einige wenige, frische Zutaten dazu, die eben nicht aus der Packung sind. In diesem Fall frischen Knoblauch und frisches Basilikum. Und garniert das Pastagericht noch mit frisch geriebenem Parmesan.

Fertig ist ein schnelles, leckeres Pastagericht, das man immer wieder gerne isst und für das man nur kurz in der Küche stehen muss.

*Für 2 Personen:*

- 800 g Tortellini (2 Packungen à 400 g, gefüllt mit Tomate und Büffelmozzarella)
- 8 Knoblauchzehen
- 1 Topf Basilikum
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Butter
- Grano Padano

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 7 Min.*



Nur mit Knoblauch und Basilikum  
Basilikum kleinwiegen und in eine Schale geben.

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken,  
kleinschneiden und ebenfalls in eine Schale geben.

Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 4  
Minuten garen.

Parallel dazu Butter in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch darin kurz andünsten. Basilikum dazugeben. Pasta hineingeben und kurz in der Pfanne schwenken. Mit einigen Esslöffeln des Kochwassers der Pasta die Sauce verlängern. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Alles auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Mit frisch geriebenem Grano Padano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Spaghetti mit Tomaten-Paprika-Thymian-Sauce**

Sie bereiten sicherlich gern Pasta zu. Mit klassischen Saucen oder Pestos. Machen Sie sich manchmal auch die Arbeit und überlegen sich eine eigene, kreative Sauce? Vielleicht aus den Zutaten, die Sie gerade im Kühlschrank vorrätig haben?



Feine Sauce mit Tomaten, Paprika und Thymian

Ich habe genau diesen Weg gewählt und eine Sauce zusammengestellt. Aus Tomaten, Paprika und einem Topf frischem Thymian. Ich habe die Sauce noch mit etwas Tomatenmark tomatisiert. Und mit frischem Knoblauch verfeinert. Auf das fertige Gericht kommt dann noch eine gute Portion gehobelter Parmesan.

Sehr lecker. Kochen Sie es einmal nach und schmecken Sie die vielen frischen Aromen. Und lassen Sie sich am besten inspirieren zu eigenen Saucen, die Sie aus den Zutaten, die der Kühlschrank gerade hergibt, zusammenstellen.

*Für 2 Personen:*

- 340 g Spaghetti
- 10 kleine Cherrytomaten
- 1 rote Paprika
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Topf Thymian

- 1 Zwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 1 EL Tomatenmark
- Grano Padano
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- 300 ml Gemüsebrühe
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.*



Mit gehobeltem, nicht geriebenem Grano Padano  
Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und  
kleinschneiden.

Ebenso die Zwiebel schälen und kleinschneiden.

Lauchzwiebel putzen und kleinschneiden.

Tomaten ebenfalls kleinschneiden.

Ebenso den Paprika.

Thymian kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel, Lauchzwiebel und Knoblauch darin andünsten. Tomatenmark dazugeben und kurz mit anbraten. Tomaten und Paprika dazugeben und kurz mit anbraten. Mit der Brühe ablöschen. Thymian dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Zugedeckt bei mittlerer Temperatur 15 Minuten köcheln lassen.

Parallel dazu Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Sauce abschmecken.

Pasta auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Gemüseragout mit viel Sauce darüber geben.

Mit gehobelten Parmesanspänen dekorieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Tortellini-Suppe**

Tortellini bereiten Sie sicherlich normalerweise als Pasta mit einer Sauce oder einem Pesto zu. Das ist ja auch der gewöhnliche Verwendungszweck.



### Einfache Suppe mit Pasta

Sie können Tortellini aber auch einmal in einer anderen, abgewandelten Form zubereiten. Geben Sie sie in eine gute Brühe und servieren Sie sie als Suppe. Es braucht nur noch Salz und Pfeffer. Und ein wenig frischer Schnittlauch zum Dekorieren.

Fertig haben Sie eine gelungene, gehaltvolle und schmackhafte Suppe.

### *Für 2 Personen:*

- 800 g Tortellini (mit Fleischfüllung, 2 Packungen à 400 g)
- 1 l Gemüsebrühe
- frischer Schnittlauch
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker



*Zubereitungszeit: 3 Min.*

Schnittlauch kleinschneiden.

Brühe in einem Topf erhitzen.

Tortellini hineingeben und in 3 Minuten garen.

Suppe mit der Pasta auf zwei tiefe Suppenteller verteilen.  
Servieren.

Suppe mit Schnittlauch garnieren.

Topf mit der restlichen Suppe auf den Küchentisch stellen und nach Bedarf nachschöpfen.

Guten Appetit!

---

## **Dinkelspaghetti aglio e olio**



Klassisch, aber abgewandelt

Sie kennen sicherlich einige klassische Pastarezepte aus dem Mutterland Italien. Sicherlich ist Ihnen auch das Gericht bekannt, das aus nur wenigen Zutaten besteht, und zwar im Grunde drei. Das sind Spaghetti, Knoblauch und Olivenöl. Ja, genau, Spaghetti aglio e olio. Das Gericht wird nur noch mit Salz und Pfeffer gewürzt und dann in dieser Weise serviert.

Ich habe hier dieses klassische Gericht zubereitet. Jedoch einige Änderungen vorgenommen. Keine Bange, es bleibt bei den drei Zutaten, es kommt nichts weiter hinzu. Sonst wäre es ja auch nicht als klassisch zu bezeichnen.

Ich habe anstelle der gewöhnlichen Spaghetti aus Hartweizengrieß, die eine typische Pastafarbe haben, Spaghetti aus Dinkelmehl verwendet. Und anstelle Olivenöl habe ich Sesamöl verwendet. Ich habe somit das Gericht, wenn Sie so wollen, ein wenig in der Farbe abgedunkelt. Die Dinkelspaghetti haben ja einen leicht bräunlichen Farbton. Und auch das Sesamöl ist von Haus aus dunkelbraun.

Das Gericht schmeckt sehr lecker. Natürlich nach viel frischem Knoblauch. Und das Sesamöl verleiht dem Gericht eine kräftige, nussige Note. Unbedingt nachkochen!



Leckerer Spaghettigericht  
Für 2 Personen:

- 340 g Dinkelspaghetti
- 10 Knoblauchzehen
- viel Sesamöl
- Salz
- Zucker
- schwarzer Pfeffer

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 9 Min.*

Knoblauch schälen, mit einem breiten Messer flach drücken und kleinschneiden.

Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Parallel dazu viel Sesamöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch dazugeben und leicht andünsten.

Pasta in ein Küchensieb geben und Kochwasser abschütten. Pasta zum Sesamöl geben. Alles mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Pasta in der Pfanne gut durchschwenken.

Pasta mit dem Öl auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Servieren. Guten Appetit!

---

## **Maccheroni mit Jalapeños, Champignons und Knoblauch**

Sie essen gern scharf? Und Ihnen sind Jalapeños ein Begriff? Dann wird Sie vielleicht dieses Rezept überzeugen.

Ich verwende keine frischen Jalapeños, sondern greife auf solche aus dem Glas zurück. Also eingelegte, die zudem süß und scharf sind.

Verfeinert werden sie noch mit einigen frischen Champignons und frischem Knoblauch.

Für ein wenig Sauce können Sie einfach etwas trockenen Weißwein dazugeben. Alternativ können Sie die Brühe der Jalapeños verwenden. Oder etwas Kochwasser der Pasta.



Mit süß-scharfen Jalapeños

*Für 2 Personen:*

- 375 g Maccheroni
- 200 g süß-scharfe Jalapeños-Scheiben (1 Glas)
- 10 braune Champignons
- 4 Knoblauchzehen
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 9 Min.*



### Leckere Maccheroni

Knoblauch putzen, schälen und mit einem breiten Messer platt drücken. Dann kleinschneiden und in eine Schale geben.

Champignons in feine Scheiben schneiden und ebenfalls in eine Schale geben.

Maccheroni in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Parallel dazu Öl in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch darin kurz anbraten. Dann Champignons und Jalapeños dazugeben. Alles einige Minuten kross anbraten. Etwas Wein, Einlegebrühe oder auch Kochwasser der Pasta dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen und abschmecken.

Pasta zu den Jalapeños geben und gut vermischen.

Auf zwei tiefe Pastateller geben.

Servieren. Guten Appetit!

---

## Spaghetti mit Knoblauch, Salbei und Olivenöl



Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano  
Sind Sie auch des Öfteren auf der Suche nach einfachen, schnellen, aber vor allem schmackhaften Gerichten? Dann nehmen Sie einfach eine Portion Spaghetti. Und richten diese mit in einer großen Portion Olivenöl angebratenem Knoblauch und frischem Salbei an. Vor dem Servieren kommt noch etwas frisch geriebener Parmigiano Reggiano darauf.

Mehr braucht es nicht. So haben Sie ein schnelles Pastagericht, das wunderbar mundet. Und es ist auch in der

Zubereitung schnell beschrieben.

*Für 2 Personen:*

- 375 g Spaghetti
- Olivenöl
- 6 Knoblauchzehen
- 30 g frischer Salbei (2 Packungen à 15 g)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Parmigiano Reggiano

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 7 Min.*



Leckere Pasta mit wenigen Zutaten

Stiele des Salbei abschneiden. Blätter jeweils halbieren.

Knoblauch putzen, schälen, mit einem breiten Messer platt drücken und kleinschneiden.



Spaghetti in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 7 Minuten garen.

Parallel dazu eine große Portion Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch darin kurz anbraten. Salbei dazugeben und ebenfalls kurz anbraten.

Spaghetti zum Knoblauch und Salbei geben und alles gut, auch mit dem Olivenöl, vermischen.

Salzen, pfeffern und mit einer Prise Zucker würzen.

Auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Eine gute Portion frisch geriebenen Parmigiano Reggiano darüber verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

---

# **Ratatouille Raviolini mit Olivenöl und Parmigiano Reggiano**



Mit Olivenöl und Käse

Manchmal muss es schnell gehen. Da hat man nicht viel Zeit, um in der Küche zu stehen. Und dennoch soll das Gericht möglichst sehr frisch und sehr schmackhaft werden.

Ich gebe Ihnen da völlig recht. Für solche Zwecke hat es in jedem Discounter und Supermarkt diverse Auswahlmöglichkeiten an industriell hergestellten Produkten, die bei sorgfältiger und guter Auswahl durchaus gut und schmackhaft sind. Und glücklicherweise leben wir in einem reichen Land, in dem es in dessen Geschäften eine Fülle von solchen Produkten zur Auswahl gibt. In vielen Ländern sind solche Möglichkeiten leider nicht vorhanden.

In diesem Fall handelt es sich um Raviolini, also die kleine Form der Ravioli, die mit einer Ratatouillemasse gefüllt sind. Also einer vegetarischen Form der Füllung.

Die Pasta wird einfach kurz in gesalzenem Wasser gegart. In einem tiefen Pastateller mit einem guten Olivenöl beträufelt.

Und mit etwas frischem Parmigiano Reggiano garniert.

Mehr braucht es nicht und Sie haben ein schnelles, frisches, schmackhaftes und vegetarisches Gericht. Guten Appetit!



Leckere Pasta

*Für 2 Personen:*

- 800 g Ratatouille Raviolini (2 Packungen à 400 g)
- gutes Olivenöl
- Parmigiano Reggiano
- Salz

*Zubereitungszeit: 5 Min.*

Pasta in leicht gesalzenem, kochendem Wasser 5 Minuten garen.

Pasta auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Mit Olivenöl beträufeln.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Eierspätzle mit Schinkenstreifen



Deftiger und rustikaler Teller

Sie mögen es sicherlich manchmal auch deftig und rustikal. Für solch ein Gericht bietet sich die deutsche Küche auch an. Und zwar für ein einfaches Pfannengericht.

Zubereitet aus zwei Hauptzutaten. Von denen das eine zugegebenermaßen der Einfachheit halber ein Convenienceprodukt

ist. Möchten Sie es selbst zubereitet und frisch haben, können Sie die verwendeten Spätzle natürlich auch gern selbst zubereiten. Dazu kommen noch Schinkenstreifen.

Und gewürzt wird das Gericht mit den drei in Deutschland vermutlich am häufigsten verwendeten, einfachen Gewürzen: Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver. Und noch einer Prise Zucker.

Auf diese Weise haben Sie schnell ein wirklich leckeres, deftiges und rustikales Gericht. Das für die Optik einfach noch mit frischer, kleingeschnittener Petersilie garniert wird.

Übrigens, Sie haben von dem Gericht noch etwas übrig, das Sie nicht aufessen konnten? Heben Sie es für den Folgetag auf, verfeinern Sie es mit frischen Champignons und Eiern und überbacken Sie es mit Käse wie Gouda oder Mozzarella. Schon haben Sie erneut ein deftiges und rustikales Gericht. Das sich sogar bei einer Person aus der Pfanne essen lässt.

*Für 2 Personen:*

- 500 g Eierspätzle (Packung)
- 200 g Speckstreifen (Packung)
- Salz
- Pfeffer
- edelsüßes Paprikapulver
- Zucker
- Petersilie
- Rapsöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 2 Min. | Garzeit 10 Min.*



Lecker mit Nudeln und Speck  
Petersilie kleinwiegen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Speckstreifen und Eierspätzle darin etwa 10 Minuten kross und knusprig anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver kräftig würzen. Eine Prise Zucker dazugeben.

Auf zwei Teller verteilen.

Mit Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

# Bandnudeln mit Hackfleisch-Tomaten-Sahne-Sauce



Sie suchen eine Variation einer leckeren Pastasauce? Und Sie essen auch gerne scharf? Und gern mit viel frischen Kräutern? Dann habe ich hier ein Rezept für Sie, das Ihnen sicherlich schmecken wird.

Es ist keinesfalls eine gewöhnliche Hackfleischsauce. Sie wird zwar mit Tomatenmark tomatisiert. Und es kommen zusätzlich noch genügend Rispen Tomaten und Kirschtomaten hinein. Und dann noch Schalotte und Knoblauch.

Das Besondere ist aber die halbe Habanero, die ich für die Schärfe hineingebe.

Und dann natürlich noch die vielen, frischen Kräuter, die in die Sauce hineinkommen. Petersilie, Majoran, Oregano und Rosmarin. Nur der frische Thymian war mir leider ausgegangen.

Und ein wenig abgebunden und verfeinert wird die Sauce noch mit Sahne.

Alles in allem ergibt dies eine leckere Variation einer Hackfleischsauce. Aber keine Bange, die Sauce ist aufgrund der verwendeten Habanerö nicht zu scharf, sie ist durchaus noch essbar.

Denn da die Pasta ja dabei das etwas neutralisierende Pendant darstellt, denn sie ist ja nicht gewürzt, darf die Sauce ruhig ordentlich Bums haben.

Als kleine Garnitur kommt natürlich noch frisch geriebener Parmigiano Reggiano auf das Gericht.

Kochen Sie es nach und lassen Sie es sich schmecken! Ich habe mich jedenfalls schon den ganzen Tag auf das Gericht gefreut!

*Für 2 Personen:*

- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Schalotte
- 4 Knoblauchzehen
- 1/2 Habanerö
- 1 EL Tomatenmark
- 5 Mini-Rispentomaten
- 10 Kirschtomaten
- 30 g Petersilie
- 15 g Majoran
- 15 g Oregano
- 15 g Rosmarin
- 1 EL mildes Paprikapulver



- 1 TL scharfer Senf
- Salz
- Zucker
- 400 ml Gemüsefond
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 375 g Bandnudeln
- Rapsöl

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Stdn.*



Alle Kräuter kleinschneiden und in eine Schale geben.

Tomaten putzen, in kleine Stücke schneiden und ebenfalls in eine Schale geben.

Schalotte und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden. Habanero putzen, Kerngehäuse entfernen und kleinschneiden. Alles in eine Schale geben.

Öl in einem großen Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Habanero glasig dünsten. Tomatenmark dazugeben, ebenfalls anbraten und alles ein wenig tomatisieren. Hackfleisch dazugeben, kross anbraten und etwas Flüssigkeit ziehen lassen.

Tomaten dazugeben. Ebenfalls Kräuter dazugeben. Mit dem Fond ablöschen. Sahne dazugeben. Senf hinzugeben. Mit dem Paprikapulver und mit Salz würzen. Eine Prise Zucker dazugeben.

Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit Bandnudeln in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 7 Minuten garen. Nudeln durch ein Küchensieb geben und das Kochwasser abschütten.

Sauce abschmecken.

Nudeln zur Sauce geben und alles gut vermischen. Inhalt auf zwei tiefe Nudelsteller geben.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

---

## **Spaghetti Bolognese – scharf und krautig**



Sie suchen eine Variation einer Spaghetti Bolognese? Weil Sie vielleicht die klassische Zubereitung mit Hackfleisch, Tomatenmark und Brühe schon zu oft gegessen haben? Und Sie essen auch gerne scharf? Und gern mit viel frischen Kräutern? Dann habe ich hier ein Rezept für Sie, das Ihnen sicherlich schmecken wird.

Es ist keinesfalls ein authentisches Spaghetti Bolognese. Denn ich verzichte auf das Tomatisieren mit Tomatenmark. Aber dafür kommen genügend Rispentomaten und Kirschtomaten hinein. Und natürlich viel Hackfleisch, dann noch Schalotte und Knoblauch.

Das Besondere ist aber die halbe Habanero, die ich für die Schärfe hineingebe.

Und dann natürlich noch die vielen, frischen Kräuter, die in die Sauce hineinkommen. Petersilie, Majoran, Oregano und Rosmarin. Nur der frische Thymian war mir leider ausgegangen.

Alles in allem ergibt dies eine variierte Spaghetti Bolognese mit einer wahrlich kräftigen und würzigen Sauce. Aber keine

Bange, die Sauce ist aufgrund der verwendeten Habanerö nicht zu scharf, sie ist durchaus noch essbar.

Denn da die Pasta ja dabei das etwas neutralisierende Pendant darstellt, denn sie ist ja nicht gewürzt, darf die Sauce ruhig ordentlich Bums haben.

Als kleine Garnitur kommt natürlich noch frisch geriebener Parmigiano Reggiano auf das Gericht.

Kochen Sie es nach und lassen Sie es sich schmecken! Ich habe mich jedenfalls schon den ganzen Tag auf das Gericht gefreut!

*Für 2 Personen:*

- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Schalotte
- 4 Knoblauchzehen
- 1/2 Habanerö
- 5 Mini-Rispentomaten
- 10 Kirschtomaten
- 30 g Petersilie
- 15 g Majoran
- 15 g Oregano
- 15 g Rosmarin
- 1 EL mildes Paprikapulver
- 1 TL scharfer Senf
- Salz
- Zucker
- 400 ml Gemüsefond

- 375 g Spaghetti
- Rapsöl
- Parmigiano Reggiano

*Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 2 Stdn.*



Alle Kräuter kleinschneiden und in eine Schale geben.

Tomaten putzen, in kleine Stücke schneiden und ebenfalls in eine Schale geben.

Schalotte und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden. Habanero putzen, Kerngehäuse entfernen und kleinschneiden. Alles in eine Schale geben.

Öl in einem großen Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Habanero glasig dünsten. Hackfleisch dazugeben, kross anbraten und etwas Flüssigkeit ziehen lassen.

Tomaten dazugeben. Ebenfalls Kräuter dazugeben. Mit dem Fond ablöschen. Senf dazugeben. Mit dem Paprikapulver und mit Salz

würzen. Eine Prise Zucker dazugeben.

Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 2 Stunden köcheln lassen.

Kurz vor Ende der Garzeit Spaghetti in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 7 Minuten garen. Pasta durch ein Küchensieb geben und das Kochwasser abschütten.

Sauce abschmecken.

Pasta zur Sauce geben und alles gut vermischen. Inhalt auf zwei tiefe Pastatteller geben.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!