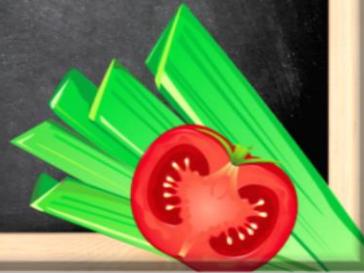


One Pot Pasta mit Garnelen



Zutaten für 4 Portionen

- 300 g Garnelen (frisch oder tiefgekühlt)
- 1 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 150 g Zuckerschoten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 rote Zwiebel
- 1 Brokkoli (ca. 150 g)
- 2 EL Olivenöl
- 400 g Vollkorn-Farfalle
- 1 Liter Gemüsebrühe
- 1 Zweig Rosmarin
- Parmesan zum Garnieren
- 2 Kirschtomaten
- 2 Blätter Basilikum



Zubereitung

1. Paprika, Zuckerschoten und Brokkoli in mundgerechte Stücke schneiden.
2. Den Knoblauch und die Zwiebeln fein würfeln.
3. In einem großen Topf die Garnelen für 1 Minute beidseitig in heißen Olivenöl anbraten. Die Garnelen wieder herausnehmen.
4. Paprika, Zuckerschoten und Brokkoli in den Topf geben und anbraten.
5. Rosmarin, Knoblauch und die Zwiebeln dazugeben und kurz mitschwitzen.
6. Die Garnelen und die Nudeln zugeben, mit der Brühe auffüllen und bei geschlossenem Deckel kochen lassen, bis die Brühe verkocht ist.
7. Achtung: Sollte es zwischendurch zu trocken werden, bevor die Nudeln fertig sind, einfach etwas Brühe nachgießen.
8. Die Pasta auf Tellern anrichten und mit geriebenem Parmesan, Kirschtomaten und Basilikum garnieren.

