



Sizilianische Spargel-Pasta „Casarecce“

Zutaten (für vier Portionen):

Brotchips

100 g (italienisches) Brot
Thymian
Bohnenkraut
Salz

Sauce

4-5 Tomaten
1 Zwiebel
2-3 Zehen Knoblauch
Salz, Pfeffer, Zucker
50 g Rosinen
1 EL Pinienkerne
Fenchelsamen
300 g grünen Spargel
Basilikum

Sowie

Raffiniertes Olivenöl
500 g Casarecce (oder eine andere Pastasorte)
50 g Ricotta salata (alternativ Pecorino)

Zubereitung (circa 30 Minuten, ohne Garzeiten):

Das Brot in möglichst dünne Scheiben schneiden und auf ein ausgelegtes Backblech legen. Salz, Olivenöl, fein gehackten Thymian und Bohnenkraut darüber geben, dann im Ofen bei 180 Grad etwa vier bis sieben Minuten backen, bis sie knusprig sind.

Den Strunk der Tomaten entfernen und die Unterseiten kreuzweise einschneiden. Einen kurzen Moment in heißes Wasser geben, dann kalt abschrecken, so lässt sich die Haut vorsichtig abziehen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit etwas Olivenöl erst die Zwiebeln und danach den Knoblauch anschwitzen. Geviertelte Tomaten mit etwas Salz, Pfeffer und Zucker dazugeben., dann die Rosinen einrühren. In einer weiteren Pfanne die Pinienkerne trocken rösten, dabei auch die Fenchelsamen ein wenig Hitze nehmen lassen. Den Spargel im unteren Drittel schälen, in Stücke schneiden, zu den Tomaten geben und bis zur gewünschten Konsistenz garen. Zwischenzeitlich auch die Pasta nach Packungsanleitung in Salzwasser garen.

Einen Teil des Ricotta salata in die Sauce reiben und schmelzen lassen, dann auch Pinienkerne, Fenchelsamen und gezupften Basilikum untermischen. Die Pasta mit einem

Schaumlöffel direkt aus dem Kochwasser mit hineingeben und in der Sauce schwenken. Auf Teller geben und mit weiterem Ricotta salata sowie den Brotchips servieren.

Nährwerte pro Portion:

749 kcal – 21 g Fett – 24 g Eiweiß – 117 g Kohlenhydrate

Dieses Gericht ist vegetarisch. Ricotta salata kann tierisches Lab enthalten.