



Spagetti mit Tomatensoße

Tomatensoße (vegan)

Zutaten:

- Ca. 1 kg Tomaten, angedätschte oder aufgeplatzte super geeignet
- 1 Dose Schältomaten, ca. 850 g
- 1 Zwiebel
- Olivenöl, Salz und Pfeffer aus der Mühle
- ca. 1 EL Oregano
- 1 Knoblauchzehe, je nach Bedarf
- Messerspitze Cayenne Pfeffer
- 1 EL Zucker
- 1 Zweig frischen Thymian, kann auch getrockneter sein
- 200ml Gemüse brühe oder Nudelwasser zum Verdünnen bei bedarf
- 500 g Spagetti oder andere Sorte

Zubereitung:

Den Strunk der Tomaten entfernen und die schlechten Stellen wegschneiden, falls vorhanden den Rest der Tomaten in Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden Das Olivenöl in einem Topf leicht erhitzen und die Zwiebelstreifen glasig anschwitzen. Die Zwiebeln dürfen keine Farbe annehmen! Dann die Tomaten und die Schältomaten hinzugeben.

Thymian, Majoran, Knoblauch (mit einem Messe und etwas Salz zerdrücken) und die restlichen Gewürze in die Soße geben und ca. 20-30 min leicht köcheln lassen. Je nach Bedarf kann die Tomatensoße mit Gemüsebrühe verdünnt werden. Zum Schluss die Soße mit einem Stab-Mixer aufmischen (Die fertige Soße kann je nach Geschmack auch durch ein feines Sieb passiert werden).



Spaghetti (vegan, wenn ohne Eier hergestellt):

500 g Spaghetti in einen Topf mit kochendem Salzwasser geben. 5-7 min kochen lassen (je nach Nudelsorte und Nudelstärke, bitte Anleitung beachten!). Am besten ist es, die Spaghetti nach 5 Min zu probieren. Aus dem Wasser nehmen, wenn die Spaghetti noch einen leichten Biss haben. Damit die Spaghetti nicht zusammenkleben, beim Kochen ab und zu umrühren. Kein Öl ins Wasser geben, da die Spaghetti sonst mit einem Fettfilm überzogen sind und sich nicht mehr so gut mit der Soße verbinden.

Tipp:

Die Soße sollte immer vor der Pasta fertig sein! Die Soße kann ohne Probleme warmgehalten werden, bis die Pasta gar ist. Umgekehrt funktioniert das nicht so gut.

Nudeln brauchen Platz: Pasta in einem möglichst großen Topf kochen, so kocht auch nichts über. Je 100 g Pasta 1 l Wasser und 1 gestrichener Eßlöffel Salz. Die Pasta ist richtig zubereitet, wenn sie innen noch leicht bissfest sind. Deshalb nach Ablauf der auf der Verpackung angegebenen Garzeit probieren. Ist die Pasta zu hart, noch etwa eine halbe Minute weiterkochen und erneut probieren.

Die Pasta nach dem Abgießen nicht mit kaltem Wasser abschrecken, da sonst die Stärke abgespült wird und die Soße bleibt nicht mehr so gut haften. Außerdem kühlt die Pasta schneller ab und verliert Ihren Geschmack.

Die Pasta mit der Tomatensoße noch vor dem Servieren in einer großen, vorgewärmten Schüssel mischen. So bleibt beides heiß und kann sich gut verbinden.