

## **Sommerliche Pasta in Olivencreme mit Gemüse**

Ihr habt noch ein paar Gemüsereste im Kühlschrank? Tomaten und eine Möhre? Perfekt. Ein angebrochenes Glas Oliven ist sicher auch noch da. Nudeln und Milch sowieso. Damit habt ihr schon alle Zutaten für diese original italienische Pasta mit Olivencreme. Originaler italienisch geht es in der Tat kaum, denn das Rezept habe ich auf der italienischen Webseite eines bekannten Nudelherstellers entdeckt. Und wenn einer weiß, wie man richtig leckere Pasta zubereitet, dann doch wohl ein Pasta-Hersteller aus Italiens kulinarischer Hochburg Parma!

### **Das braucht ihr für 2 Portionen:**

- 200 g Nudeln nach Wahl
- 1 große Möhre (ca. 120-150 g)
- 1 Schalotte
- 80 g grüne Oliven, entsteint
- Olivenöl
- 150 ml Milch
- 2 mittlere Tomaten
- Salz, Pfeffer
- Parmesan, gerieben

### **So geht's:**

Kocht die Pasta in Salzwasser al dente. Ich hab hier übrigens die Eiernudeln vom Hof Jäger verwendet, dem Hof des Freundes meiner Cousine Katharina. Die schmecken nicht nur richtig lecker, sondern bestehen auch zu 32 Prozent aus per Hand aufgeschlagenen (!) Eiern von eigenen, nordhessischen Hühnern.



In einer Pfanne oder einem Topf erwärmt ihr ein paar Spritzer Olivenöl bei mittlerer Hitze. Schwitzt die in Würfel geschnittene Schalotte und die in feine Streifen geschnittene Karotte darin an. Gebt dann die abgetropften und halbierten Oliven hinzu und erhitzt sie ebenfalls.

Dann rührt ihr die Milch unter und würzt die Soße mit Salz und Pfeffer. Schneidet die Tomaten in Würfel und rührt auch sie unter. Kurz aufkochen. Dann gebt ihr die abgegossene Pasta mit einem Schluck des Kochwassers in die Soße, verrührt alles gut und lasst es noch für zwei Minuten köcheln. Sollten die Nudeln zu trocken werden, einfach noch etwas Flüssigkeit – Wasser oder Milch – hinzugießen. Serviert die Olivencreme-Pasta mit geriebenem Parmesan.

### **Nährwerte pro Stück:**

- Brennwert: 590 kcal
- Protein: 21 g
- Kohlenhydrate: 82 g
- Fett: 19 g

<http://wildesgeschnetzel.de/2016/06/24/pasta-in-olivencreme-mit-gemuese>