

Meghans One Pot Pasta

Dieses One-Pot-Pasta-Gericht kommt bei Meghan, der Herzogin von Sussex, Harry und den Kindern regelmäßig auf den Tisch. Meghan stellt es in ihrer Netflix-Serie "With love, Meghan" vor.

Vorbereitung 20 Min. · Kochzeit 15 Min. · Gesamtzeit 35 Min. · 4 Portionen

Zutaten

250 g Spaghetti
400 g Kirschtomaten (gerne in verschiedenen Farben)
2 Knoblauchzehen
Abgeriebene Schale von einer Bio-Zitrone
Olivenöl
Meersalz
ein paar Stiele Mangold
1 Handvoll frischer Schwarzkohl
1 Handvoll Rucola
1 Handvoll frisch geriebener Parmesan
C Chiliflocken

Wir haben leider weder Mangold, noch Schwarzkohl bekommen. Wir haben stattdessen frischen Spinat vom Wochenmarkt genommen und die Stiele und Blätter in Streifen geschnitten. Außerdem haben wir nachher noch ordentlich mit Salz und Pfeffer nachgewürzt.

Zubereitung

1. Zuerst halbiert ihr ca. 400 g Kirschtomaten und gebt sie in eine möglichst hohe Pfanne. Gebt einen Schuss Olivenöl und eine gute Prise Meersalz darüber.
2. Schält zwei Knoblauchzehen, hackt sie möglichst fein und gebt sie ebenfalls über die Tomaten.
3. Nehmt jetzt 250 g Spaghetti (richtig....noch nicht gekocht) und legt sie auf das Tomatenbett.
4. Gebt die abgeriebene Schale von einer Bio-Zitrone dazu.
5. Kocht 830 ml Wasser im Wasserkocher auf, schüttet das kochende Wasser in die Pfanne, so dass die Nudeln bedeckt sind. Gebt den Deckel auf die Pfanne und kocht die Nudeln ca. 6 Minuten.
6. In der Zwischenzeit schneidet ihr eine Handvoll Mangold (inklusive der Stiele) und eine Handvoll Schwarzkohl in feine Streifen und reibt den Parmesan.
7. Nach 6 Minuten nehmt ihr den Deckel von der Pfanne, rührt ein bisschen durch, hebt Mangold und Schwarzkohl unter und lasst die Nudeln jetzt so lange im verbliebenen Wasser kochen, bis sie al dente sind.
8. Zum Schluss hebt ihr ein wenig frischen Rucola und den Parmesan unter und gebt (je nach Geschmack) ein paar Chiliflocken dazu.

9. Verteilt die Pasta auf den Tellern und lasst sie euch schmecken!

Rezept von Hoffentlich schmeckt's · <https://www.hoffentlich-schmeckts.de/meghans-one-pot-pasta>