

GEFÜLLTE MUSCHELNUDELN

HAUPTGERICHT



Bild und Rezept von:
Talisa Minoush

ZUTATEN (4 Personen)

- 400 g Conchiglioni
- 75 g veganer Reibekäse

Für die Füllung

- 500 g Spinat
- 250 g Räuchertofu
- 200 g veganer Frischkäse
- 1/2 TL Salz
- 1/2 TL schwarzer Pfeffer grob gemahlen
- 1 TL Zitronensaft

Für die Sauce

- 2 Zwiebeln
- 4 Zehen Knoblauch
- 4 EL Olivenöl
- 2 TL Salz
- 1 TL Chiliflocken
- 1 TL Fenchelsamen grob gemörsert
- 3 EL Tomatenmark
- 1 EL Ahornsirup
- 600 g gehackte Tomaten

ZUBEREITUNG

- Muschelnudeln 10 Minuten in Salzwasser garen. Anschließend aus dem Pastawasser nehmen und gut abtropfen lassen.
- Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- Für die Sauce Zwiebel würfeln, Knoblauch in Scheiben schneiden. Öl in einen heißen Topf geben, Zwiebel und Knoblauch bei mittlerer Hitze 2 Minuten andünsten. Mit Salz und Fenchelsamen würzen, Knoblauch dazugeben und weitere 3 Minuten dünsten. Tomatenmark und Ahornsirup unterrühren und 3 Minuten karamellisieren lassen. Mit gehackten Tomaten und 200 ml Wasser ablöschen, kurz aufkochen und 5 Minuten köcheln lassen.
- Salat Mix in den Foodprocessor geben und kleinschreddern. Für die Füllung Räuchertofu und Frischkäse im Foodprocessor fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Alles miteinander vermischen.
- Sauce auf dem Boden einer Auflaufform verteilen, Nudeln mit der Füllung befüllen, auf der Sauce verteilen, mit Reibekäse toppen und 30 Minuten überbacken.