

Paprika-Nudeln mit Mandelmus

350 g Penne
1 Paprika, grün
1 Paprika, gelb
1 Paprika, rot
140 g Spitzkohl
60 g Erdnüsse, geröstet
3 Tomaten
2 EL Petersilie
60 g Tomatenmark
50 g Mandelmus
1 TL Agavendicksaft
20 ml Sojasauce
2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl
80 ml Wasser



Paprika in dünne Streifen schneiden.
Spitzkohl vierteln und in hauchdünne Scheiben schneiden.
Erdnüsse grob hacken.
Tomaten in kleine Würfel schneiden.
Petersilie grob hacken.

Tomatenmark, Mandelmus, Agavendicksaft, Sojasoße und zerdrückten Knoblauch in eine Schale geben, etwas Wasser zugeben, verrühren.

Nudeln 1–2 Minuten kürzer als in der Packungsanweisung angegeben al dente kochen, abgießen, abtropfen lassen, nicht abschrecken.

2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen,
Paprika und Spitzkohl hinzugeben und ca. 4 Min. anbraten.
Tomaten-Mandel-Soße ebenfalls in die Pfanne geben,
Wasser hinzugeben, dann einmal kurz aufkochen.
Nudeln und Tomaten unterheben, mit Salz und Sojasoße abschmecken.

Mit Petersilie und Erdnüssen bestreut servieren.