



Makkaroni mit würzigem Hack

und frischen Feigen



Zutaten für 2 Personen:

Pasta Die Makkaroni nach Packungsanleitung zubereiten. Hier kannst Du auch glutenfreie Nudeln verwenden.

300 g Makkaroni (ggf. gf)

1 Packung Sonnenblumen Hack

3 EL Tomatenmark

1 TL Smokey Paprika Gewürz

etwas Pfeffer

Salz

2 rote Zwiebeln

1 Knoblauchzehe

1 Schuss Weißwein

4 – 5 frische Feigen

200 g Shiitakepilze

2 EL pflanzliche Butter

Olivenöl

frischer Thymian

frischer Parmesan

Die Zwiebeln schälen und fein würfeln, den Knoblauch zerdrücken. Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch und Gewürze darin anbraten.

Die Pilze mit einem Küchenpapier säubern und in kleinere und größere Würfel schneiden. Die Pilze und das Sonnenblumen Hack in die Pfanne geben und die Butter hinzugeben. Wenn die Mischung knusprig angeröstet ist mit Weißwein ablöschen und das Tomatenmark einrühren. Nun so lange anbraten, bis die Feuchtigkeit verdunstet ist und die Mischung wieder knusprig ist.

Die Makkaroni abgießen, abtropfen lassen und mit einem guten Schuss Olivenöl mit in die Pfanne geben. Mit Salz und frischem Thymian abschmecken und zuletzt einige gewaschene Feigen mit Schale in Würfel schneiden und direkt unter die Pasta mengen. Wer möchte kann die Feigen auch in Scheiben geschnitten mit auf den Teller geben. Mit Parmesanhobeln garnieren und genießen.

Hinweis: bei einer Histaminintoleranz, wärme das Gericht auf grund der Pilze bitte nicht am folgenden Tag wieder auf.