

Penne mit gedünsteten Tomaten und Aubergine



25 Minuten



1 Person



NÄHRWERTE

Energie	281 Kcal
Kohlenhydrate	18.5 g
Eiweiß	21.6 g
Fette	12.2 g

Nährwert pro Person

ZUTATEN

- 1 Sachet PowerSlim Penne
- 150 g Tomaten in Würfel geschnitten
- 150 g Aubergine in Würfel geschnitten
- 0.5 rote Zwiebel, geschreddert
- 1 Knoblauchzehe, gepresst
- 100 ml Kräuterbouillon
- 1 EL Olivenöl
- Pfeffer
- Salz

ZUBEREITUNG

Koche die Penne für 15-20 Minuten in ausreichend Wasser. In der Zwischenzeit das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch kurz darin anbraten. Füge die Tomaten und die Zwiebeln hinzu und brate alles nochmal für weitere 2 Minuten an. Die 100 ml Brühe hinzufügen und bei schwacher Hitze für 12-15 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Falls zu viel Brühe verkochen sollte, schütte wieder etwas nach. Die Penne abtropfen lassen und zu der Tomaten-Auberginensauce geben. Das fertige Gericht in einen tiefen Teller geben und bei Bedarf mit Salz und Pfeffer würzen.

TIP: SCHMECKT
AUCH GUT MIT
FRISCHEM
KORIANDER.