

Für 2 Personen

- 1 Aubergine
- Meersalz
- ½ Knoblauch
- 10 g Basilikum
- 1 g getrockneter Oregano
- 1 g Chiliflocken
- Olivenöl

Braun markierte Zutaten werden nicht von HelloFresh mitgeliefert

- schwarzer Pfeffer
- 1 TL sehr kleine Kapern (Nonpareilles)
- 1 TL Rotweinessig
- 1 Dose Eiertomaten (400 g)
- 160 g Vollkornspaghetti
- 20 g Pecorino
- natives Olivenöl extra

HelloFresh ist stolz darauf die JO Food Foundation, eine in Großbritannien eingetragene Wohltätigkeitsorganisation Nr. 1094536, zu unterstützen.



Nährwerte pro Person:

KALORIEN	FETT	GES. FETTSÄUREN	PROTEIN	KOHLLENHYDRATE	ZUCKER	SALZ	BALLASTSTOFFE
427,4 Kcal	13,8 g	3,6 g	16,6 g	63,5 g	10,8 g	1,5 g	10,3 g

Allergene: Weizen, Gluten, Milch



1. Die **Aubergine** waschen, die Enden entfernen und grob in 2 cm große Stücke schneiden. Ein großes Sieb in die Spüle stellen. Die **Auberginstücke** hineingeben, mit feinem **Meersalz** bestreuen und ca. 20 Minuten Wasser ziehen lassen.
2. Den **Knoblauch** schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den **Basilikum** waschen, die Blätter abzupfen und die Stängel fein hacken.
3. **Auberginstücke** abspülen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Dann mit **Oregano**, **Chiliflocken**, 1 EL **Olivenöl**, 1 Prise **Meersalz** und ein wenig **schwarzem Pfeffer** in einer großen Schüssel sorgfältig vermischen.
4. In einer großen Pfanne 1 EL **Olivenöl** bei mittlerer Temperatur erhitzen. Die **Auberginstücke** hineingeben und unter gelegentlichem Rühren 5-8 Minuten braten, bis sie schön weich und goldbraun sind.
5. Noch 1 EL **Olivenöl** zugeben, dann **Knoblauch**, **Kapern** und **Basilikumstängel** zufügen. Alles 2 Minuten weiterbraten.
6. **Rotweinessig** und **Eiertomaten** unterrühren, die **Tomaten** dabei mit einem Löffelrücken etwas zerdrücken. Die Soße bei schwacher Hitze 15-20 Minuten köcheln lassen, bis sie schön dick eingekocht ist und glänzt.
7. Die **Vollkornspaghetti** in einem großen Topf in reichlich kochendem Salzwasser 8-9 Minuten bissfest garen.
8. In ein Sieb abgießen, dabei 1 Tasse Nudelwasser auffangen. 1 kräftigen Schuss davon unter die Auberginensoße rühren.
9. Die Hälfte des **Pecorino** auf die Soße reiben und den Großteil der **Basilikumblätter** dazu zupfen, umrühren. 1 EL **natives Olivenöl extra** zufügen und die Soße mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.
10. Die **Spaghetti** unter die Soße mischen, falls nötig, die Soße mit etwas mehr Nudelwasser verdünnen.
11. Das **Pasta-Gericht** auf tiefen Tellern verteilen. Den restlichen **Pecorino** darüber reiben und die restlichen **Basilikumblätter** darauf streuen.

Jamie O

Glückwunsch! Guten Appetit und vergiss nicht ein Foto zu machen und es zu teilen!

#hellojamie



Mehr Inspiration findest Du auf jamieoliver.com & HelloFresh.de