

Rezept

Penne mit Pilzsoße



© Maria Grossmann, Monika Schuerle

Info

🕒 30 Min. Gesamtzeit	📏 leicht	🔥 680 kcal Kilokalorien	20 g Eiweiß	27 g Fett	89 g Kohlenhydrate
-------------------------	----------	----------------------------	----------------	--------------	-----------------------

Zutaten

für **4** Portionen

500 g **Pilze** der Saison, gemischt z.B. Pfifferlinge, Steinpilze, Champignons, Kräuterseitlinge, Shiitake

1 **Zwiebel**

2 **Knoblauchzehen**

500 g **Penne**

Salz

4 El **Olivenöl**

3 **Thymianzweige** Blättchen

1 rote **Chilischote** einige Ringe davon

400 ml **Gemüsebrühe**

250 ml **Sojasahne**

Pfeffer

2 Handvoll **Petersilienblätter**

Zubereitung

1. Pilze putzen, große Pilze halbieren oder vierteln. Zwiebel und Knoblauch in sehr feine Würfelchen schneiden.
2. Penne nach Packungsangabe in gesalzenem Wasser al dente kochen.
3. Pilze in Olivenöl stark anbraten, bis sie rundum Farbe genommen haben, evtl. in zwei Portionen. Zwiebel- und Knoblauchwürfelchen, Thymianblättchen und nach Belieben Chili zufügen und weitere 2 Minuten bei mittlerer Temperatur anbraten. Gemüsebrühe angießen und bei starker Hitze auf die Hälfte einkochen lassen. Sojasahne angießen, aufkochen lassen und die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Die gekochten Nudeln abgießen und zurück in den Topf geben. Pilzsoße dazu geben, 1 Minute zusammen kochen. Petersilie grob hacken und über die Nudeln streuen. Nudeln und Pilzsoße auf vier Teller verteilen und sofort servieren.

