

Tortiglioni mit Gemüse, Curry und gebratenen Garnelen



Zutaten für 3-4 Personen:

200 g Tortiglioni
Salz für das Kochwasser
9-12 etwas größere Garnelen (TK)
Olivenöl
1/2 rote, gelbe, grüne Paprika
1 kleinere Aubergine
1 mittlerer Zucchini
3 größere Frühlingszwiebeln
1 Tomate
200 ml Sahne
2 TL Gemüsebrühpulver
30 ml trockener Weißwein
1-2 TL Curry, je nach Geschmack
Salz, Pfeffer aus der Mühle
Parmesan am Stück (optional)

1. Garnelen schonend auftauen, waschen, schälen, am Rücken einschneiden, Darm entfernen, trocknen.
2. Paprika putzen und in kleine Abschnitte teilen. Bei den Zucchini die Enden abschneiden, längs halbieren und in Halbscheiben schneiden. Aubergine schälen, längs in etwa 15 mm dicke Scheiben schneiden und dann in Rauten teilen. Frühlingszwiebeln putzen und in Röllchen schneiden. Tomate würfeln.
3. Auberginenstückchen, Paprikastückchen und Zucchinischnitten jeweils separat in Olivenöl sanft braten. Warm stellen.

4. Tortiglioni nach Packungsanweisung in reichlich Salzwasser kochen. Garprobe machen. Abgießen.
5. Frühlingszwiebel in einer beschichteten größeren Pfanne anbraten, die in Stückchen geschnittene Tomate zugeben und etwas schmurgeln lassen. Mit dem Weißwein ablöschen, Sahne zugeben, Gemüsebrühpulver einstreuen und das Ganze etwas köcheln lassen.
6. Das Gemüse und die abgetropften Nudeln zugeben und alles kurz köcheln lassen. Mit Curry würzen, salzen, pfeffern.

7. Die vorbereiteten Garnelen in Olivenöl braten, bis sie gerade steif geworden sind - nicht zu lange braten. Auf Nudeln und Gemüse anrichten, nach Wahl mit frisch gehobeltem Parmesan bestreuen.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 40 min, Gesamtzeit ca. 6 h, Hauptspeisen, Nudeln, Meeresfrüchte, Krustentiere, mediterran

Rezept und Foto: Walter Stand 10.07.2017