

Zwiebel Tagliatelle

aus gesundheitlichen Gründen lange Zeit keine Lust auf kochen und neue Rezepte auszuprobieren gehabt. So langsam kommt aber beides wieder.

Hier gleich mal ein Gericht, welches von der bekannten French Onion Pasta inspiriert wurde.

Wollte mich erst genau an das Originalrezept halten, hatte irgendwie kein Bock auf Kokosmilch.

Zutaten

250 - 300 g Tagliatelle, im besten Fall selbst gemacht

1 EL Olivenöl

1 EL Alsan oder ähnlich

3 – 4 Zwiebeln, in halbe feine Ringe geschnitten

2 Knoblauchzehen, frisch gerieben

1 TL Zucker

1 EL gehackter Basilikum, evtl. TK Ware

200 ml vegane Instant Zwiebelsuppe, ohne Geschmacksverstärker

200 ml vegane Kochcreme, nach Geschmack

2 EL Hefeflocken, evtl. auch mehr

Salz

Pfeffer

Optional: Café de Paris Gewürzmischung

<https://delvegan.food.blog/2023/11/12/zwiebel-tagliatelle/>

Zubereitung

Das Olivenöl in einer passenden Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen. Die vegane Butter darin schmelzen. Die Zwiebel dazugeben und gut vermengen. Unter Rühren 1 – 2 Min. anbraten.

Die Hitze reduzieren und unter gelegentlichem Rühren 10 Min. lang weiter. Wenn die Zwiebeln zu trocken erscheinen, schon mal ein wenig von der Zwiebelsuppe in die Pfanne geben.

Knoblauch, Basilikum und Zucker zugeben. Weitere 15 Min. unter gelegentlichem Rühren braten lassen. Die Zwiebel sollte leicht braun, aber nicht kross erscheinen. Es ist wichtig, darauf zu achten, dass die Zwiebeln nicht verbrennen.

Den Rest Zwiebelsuppe und Kochcreme mit in die Pfanne geben und aufkochen. Die Hefeflocken einrühren und mit Salz, Pfeffer, Café de Paris würzen. Köcheln, bis die Soße ein wenig eindickt.

Abschmecken und evtl. Nachwürzen. Zugedeckt warm halten.

Die Nudeln in reichlich Salzwasser kurz vor al dente garen. Diese dann direkt aus dem Topf in die Pfanne geben und mit der Soße vermengen. Dabei noch ein wenig vom Nudelwasser zugeben. Die Nudeln sollten von der Soße gut bedeckt sein. In Schälchen anrichten und wer zur Hand mit frischen, gehackten Kräutern bestreuen. Sofort servieren.