

## NUDELAUFLAUF VEGETARISCH



Kategorie: Vegetarische Gerichte

Zusatzinformation  
Vegetarisch

Kreiert: am 05.12.2015  
Qualifiziert von: Supercook DE  
Vorgeschlagen von: meine Herzküche  
Gesamtzubereitungszeit: 09:15 Minuten

### ZUTATENLISTE FÜR 4 PORTIONEN

<b>10</b>	Cocktailtomaten
<b>3</b>	Tomaten
<b>1</b>	Paprika
<b>150 Gramm</b>	Erbsen (TK)
<b>150 Gramm</b>	Emmentaler
<b>1/2</b>	Zwiebel
<b>1 Zehe/ Zehen</b>	Knoblauch
<b>1 Esslöffel</b>	Öl
<b>200 Milliliter</b>	Wasser
<b>300 Milliliter</b>	Sahne
<b>15 Gramm</b>	Tomatenmark
<b>1 Teelöffel</b>	Instant-Gemüsebrühe
<b>1 Esslöffel</b>	Sojasauce (würzig)
<b>15 Gramm</b>	Speisestärke
<b>1 Teelöffel</b>	Salz
<b>1 Esslöffel</b>	italienische Kräuter TK
<b>400 Gramm</b>	Vollkorn-Nudeln gekocht
	Pfeffer, Muskat

## SCHRITT FÜR SCHRITT - ZUBEREITUNG

Um die Zubereitung einzusehen, bitte [loggen Sie sich ein](#).