



## Pasta e Ceci – Pasta mit Kichererbsen

### Zutaten für 4 Personen

- 300 g gegarte Kichererbsen
- 2 Schalotten
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Zweig Rosmarin
- Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 2 Lorbeerblätter
- 300 g ORO di Parma passierte Tomaten
- 400 g Girella
- Wasser
- 80 g Parmesan
- ¼ Bund Petersilie
- 80 ml Olivenöl



---

### Schritt 1: Die Vorbereitung

Schälen Sie Schalotten und Knoblauch und hacken Sie beides fein. Reiben Sie den Parmesankäse. Waschen Sie die Petersilie, tupfen Sie sie trocken und hacken Sie diese sehr fein.

### Verwendete Produkte



### Schritt 2: Die Sauce

Erhitzen Sie die Hälfte des Olivenöls in einem Topf und geben Sie die Schalotten, den Knoblauch und den Rosmarin hinein. Bei mittlerer Hitze die Zutaten anbraten. Bei diesem schonenden Garprozess können sich alle Aromen entfalten und es entwickelt sich eine angenehme Süße. Geben Sie Kichererbsen und die passierten Tomaten dazu, würzen Sie mit Lorbeer, Salz und frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer.

**Küchentipp:** Schalotten für mehr Süße anschwitzen  
Wenn Sie die Schalotten bei geringer Hitze für 15 Minuten anschwitzen, verändert sich der Geschmack – er wird süßer. Diese gewünschte Süße entsteht, wenn die in der Zwiebel enthaltenen Kohlenhydrate karamellisieren. Zudem reagieren die Eiweiße mit dem Zucker und es entsteht ein würzig-süß-malziges Aroma



### **Schritt 3: Die Pasta: Girella**

Geben Sie reichlich Wasser in die Tomatensauce und bringen Sie sie zum Kochen. Die Nudeln hinzufügen und weiter kochen lassen. Achten Sie darauf, dass immer genug Flüssigkeit im Topf ist, damit die Nudeln gar werden. Füllen Sie bei Bedarf mit Wasser auf. So lange kochen, bis die Pasta bissfest, also *al dente*, ist. Die elegante Spiralwicklung und raue Oberfläche der Nudel verleihen der Pasta eine besondere Konsistenz und es bleibt extra viel Sauce haften.

### **Schritt 4: Das Finale**

Richten Sie die Pasta e Ceci auf dem Teller an und würzen Sie abschließend mit Olivenöl und frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer. Geben Sie etwas geriebenen Parmesankäse und die fein geschnittene Petersilie darüber.