



# Nudel-Frikadellen-Pfanne

## Zubereitung:

1. Nudeln nach Packungsanweisung in reichlich Salzwasser kochen, abgießen (10 EL Kochwasser zurückbehalten). Knoblauch pellen und hacken. Chili halbieren, entkernen und fein hacken. Tomaten halbieren. Basilikumblätter von den Stielen zupfen.
2. 3 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Mühlen Frikadellen und Knoblauch darin anbraten, 5 Minuten bei milder Hitze garen. Tomaten, restliches Öl und Chili zufügen, alles ca. 2 Minuten weiter garen.
3. Abgetropfte Nudeln und 10 EL Nudelkochwasser mit Pfanneninhalt mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Basilikumblättchen untermischen. Nudeln sofort servieren. Ricotta in Flöckchen über die Nudeln geben.

Dazu: Parmesan servieren.

## Zubereitungszeit:

ca. 25 Minuten

## Zutaten (für 4 Personen):

- 400 g Nudeln (z.B. Bandnudeln, Spaghetti)
- Salz
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Chili
- 600 g Cocktailtomaten
- 1 Bund Basilikum
- 10 EL Olivenöl
- **2 Becher Mühlen Frikadellen Geflügel**
- Pfeffer
- 200 g Ricotta

## Nährwerte pro Portion:

594 kcal/2489 kJ  
27 g Eiweiß  
38,6 g Fett  
34,5 g Kohlenhydrate