

# VOLLKORN PENNE ARRABBIATA MIT AUBERGINEN-BÄLLCHEN

## FÜR 4 PORTIONEN

**ZEIT** ca. 50 Min.

2 Auberginen, fein gewürfelt  
2 Zwiebeln, fein gewürfelt  
3 EL Olivenöl  
1 TL Tomatenmark  
2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt  
2 Dosen Tomaten, stückig  
1 TL Brecht Arrabbiata  
1 TL Brecht Oregano, gerebelt  
200 g Haferflocken, fein  
Brecht Ur-Steinsalz &  
Brecht Pfeffer schwarz  
500 g Vollkorn Penne  
optional Parmesan



## ZUBEREITUNG

1. Auberginenwürfel in ein Sieb geben und mit Brecht Ur-Steinsalz bestreuen. Ungefähr 25 Minuten ziehen lassen und dabei das entstehende Wasser abtropfen lassen. Die Auberginen anschließend mit einem Küchentuch trockentupfen und in einer ausreichend großen Pfanne zusammen mit der Hälfte der gewürfelten Zwiebeln in 1 EL Olivenöl goldbraun anrösten. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.
2. In der Zwischenzeit die restlichen Zwiebelwürfel in 1 EL Olivenöl dünsten, Tomatenmark und Knoblauchzehen zugeben und kurz mitrösten. Alles mit Tomaten ablöschen. Brecht Ur-Steinsalz, Pfeffer und Brecht Arrabbiata zugeben und umrühren. Mit geschlossenem Deckel ca. 25 Minuten sanft köcheln lassen.
3. Auberginenwürfel, Brecht Oregano und Haferflocken in einen Mixer geben und pürieren. Mit Brecht Ur-Steinsalz und Pfeffer abschmecken. Mit feuchten Händen kleine Bällchen aus der Masse formen (die Masse ist ziemlich weich) und im restlichen Olivenöl 5-8 Minuten goldbraun anbraten.
4. Pasta nach Packungsanweisung zubereiten und mit der Tomatensauce und den Auberginenbällchen servieren.