

heute gibt es...

Pasta mit veganer Paprikasoße

Zutaten: (für 2 Personen)

- 1 mittelgroße Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Olivenöl
- 1 große, rote Paprika
- 200g Pasta
- 6-8 Basilikumblätter
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

1. Zwiebel und Knoblauch würfeln und in einer großen Pfanne mit dem Olivenöl glasig dünsten.
2. Währenddessen die...

[auf meinem Blog weiterlesen](#)]]> <https://heute-gibt.es/pasta-mit-veganer-paprikasosse/feed/> 8 Bunte Gnocchi – Der italienische Klassiker in fünf Farben <https://heute-gibt.es/bunte-gnocchi/>
<https://heute-gibt.es/bunte-gnocchi/#comments> Sun, 12 Mar 2017 12:00:09 +0000
<https://heute-gibt.es/?p=4070> Nachdem ich euch letzte Woche mein [Grundrezept für Gnocchi di patate](#) und noch den ein oder anderen Tipp zur Herstellung und Lagerung der italienischen „Kartoffelklöße“ verraten habe, kommt heute der zweite Beitrag der neuen Blogkategorie „Cucina italiana – Lerne alles zum Thema...“.

Bevor es aber los geht, möchte ich mich kurz für eure positiven Rückmeldungen sowohl hier, als auch auf meinen Social Media Kanälen bedanken! Es freut mich, dass diese Kategorie so gut bei euch ankommt und ich hoffe, dass euch auch die nächsten Beiträge gefallen werden!

Heute wird es hier bunt!

Das Auge isst ja bekanntlich mit und deshalb versuche ich immer wieder darauf zu achten, dass die Komponenten eines Gerichtes farblich abgestimmt sind. Etwas Petersilie auf Nudeln mit Sahnesoße pepen das Ganze etwas auf und es sieht nicht so langweilig und monoton aus.

<https://heute-gibt.es/bunte-gnocchi/feed/> 4 [Insalata di verdure grigliate](https://heute-gibt.es/insalata-di-verdure-grigliate/) – sizilianischer Salat zur Grillparty <https://heute-gibt.es/insalata-di-verdure-grigliate/>
<https://heute-gibt.es/insalata-di-verdure-grigliate/#respond> Fri, 21 Aug 2015 10:30:44 +0000
<http://heute-gibt.es/?p=3236> Sizilien, meine zweite Heimat – da befinde ich mich gerade. Genauer gesagt sitze ich in diesem Augenblick bei angenehmer Temperatur auf dem Balkon meiner Eltern mit Meeresblick. Innerhalb von wenigen Tagen habe ich gefühlt tausend Mückenstiche und einen leichten Sonnenbrand bekommen. Wir ernähren uns hier – wie ihr euch vielleicht auch denken könnt – alles andere als lowcarb. Man möchte ja schließlich auch nicht, dass Oma, Tanten und andere Verwandte beleidigt sind, wenn man sizilianisches Gebäck und andere landestypische Leckereien abschlägt, nicht wahr?

<https://heute-gibt.es/insalata-di-verdure-grigliate/feed/> 0 Orientalischer Möhrensalat
<https://heute-gibt.es/orientalischer-moehrensalat/>
<https://heute-gibt.es/orientalischer-moehrensalat/#comments> Sun, 22 Feb 2015 13:30:14 +0000

<http://heute-gibt.es/?p=2735> Geht ihr auch wöchentlich bzw. ab und zu auf den Wochenmarkt in eurer Stadt? Ich lasse mich dabei gerne vom saisonalen Angebot inspirieren und entscheide so spontan, was es die Tage darauf bei uns zu essen gibt. Immer wieder liest man in Zeitschriften, dass man aus organisatorischen und finanziellen Gründen lieber einen Wochenplan erstellen soll. Dies habe ich in der Vergangenheit schon versucht und festgestellt, dass es nichts für mich ist. Wie ist es bei euch so? Plant ihr eure Woche vor oder entscheidet ihr beim Einkaufen spontan?

In den Wintermonaten fällt mir die Auswahl an Gemüse jedoch sehr schwer, da das Angebot an mediterranen Gemüsesorten eher spärlich ist. Oft sehe ich mich mit Knollen und Wurzeln konfrontiert, die ich von zuhause nicht kenne. Die Zubereitung von Suppen habe ich mir im Laufe der Jahre angeeignet, aber schließlich will man sich nicht täglich von Suppe ernähren.



Als ich mich beim letzten Wochenmarktbesuch umgeschaut habe, entdeckte ich neben den gewöhnlichen Karotten auch violette, die ich bisher nie verwendet hatte, mich aber farblich sehr ansprachen. In meinem Kopf entstand eine vage Idee für einen orientalisch angehauchten Salat. Deshalb wurden die unterschiedlichen Karottensorten mitgenommen und farblich durch die helle Pastinaken ergänzt. In der Küche angekommen machte ich mich dann an die Zubereitung dieses leckeren Salates:

[auf meinem Blog weiterlesen](#)]]> <https://heute-gibt.es/orientalischer-moehrensalat/feed/> 2 Lachs-Couscous-Päckchen – Fisch, ein Buch mit sieben Siegeln?

<https://heute-gibt.es/lachs-couscous-paeckchen/>

<https://heute-gibt.es/lachs-couscous-paeckchen/#comments> Fri, 20 Jun 2014 05:30:08 +0000

<http://heute-gibt.es/?p=2214> Einen wunderschönen Freitag euch allen!

Na, müsst ihr heute arbeiten oder habt ihr frei? Da bei uns, das heißt in Baden-Württemberg, gestern Feiertag (Fronleichnam) war, haben sich viele den Freitag als Brückentag frei genommen, um das Wochenende zu verlängern.

Gehört ihr auch zu den Glücklichen, die sich bereits mitten im Wochenende befinden, oder dürft ihr noch arbeiten?

Ich für meinen Teil hatte ja die letzten zwei Wochen frei ☐ Dies war praktisch, denn wir hatten Besuch von meiner Verwandtschaft aus Italien. Es ist wieder mal schön die Liebsten zu sehen, wenn es auch etwas ungewohnt war, da normalerweise wir die Besucher sind. Selbstverständlich haben wir ihnen bei dieser Gelegenheit gezeigt, was es hier für kulinarische Spezialitäten gibt. Da meine Verwandten aus Sizilien kommen, ist es dort eher üblich Fisch statt Fleisch zu essen, denn ersteres gibt es jeden Morgen frisch am Hafen zu kaufen. Tja, hier im Schwabenländle steht natürlich eher Fleisch auf dem Speiseplan, was für sie aber gar nicht schlimm war – im Gegenteil ☐

<https://heute-gibt.es/lachs-couscous-paekchen/feed/12>