Spaghetti Päckchen aus dem Ofen mit Gemüse, Kirschtomaten und Oliven

Zubereitung

1. Naturata Dinkel-Vollkorn-Spaghetti in Salzwasser al dente kochen.
2. Karotten und Sellerie schälen und in dünne Streifen schneiden. Den Fenchel in dünne Scheiben schneiden und die Frühlingszwiebeln der Länge nach vierteln. Die Chilischote und den Knoblauch hacken.
3. In 4 EL Naturata Olivenöl das vorbereitete Gemüse zusammen kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Kirschtomaten waschen und halbieren.
5. 4 Bögen Backpapier ausbreiten und die Spaghetti darauf verteilen.
6. Danach das angebratene Gemüse und zuletzt die Kirschtomaten sowie die Oliven auf den Spaghetti verteilen. Frische Kräuter oben auflegen, mit Naturata Hefe-Würzflocken sowie Salz und Pfeffer würzen und etwas Naturata Olivenöl beträufeln.
7. Die Päckchen wie Bonbons an den Enden mit einem Bindfaden zusammenbinden, auf ein Backblech setzen und im Ofen bei 180°C Umluft für ca. 15-20 Minuten garen.

Zubereitungszeit: Mittel

Zutaten (Für 4 Personen)

Naturata Zutaten

etwas	Melasse Hefeflocken, Nachfüllbeutel
400 g	Spaghetti, Dinkelvollkorn
8 EL	Olivenöl Kreta PDO nativ extra

Weitere Zutaten

150 g Karotten
150 g Sellerie
1 Knolle Fenchel
2 Frühlingszwiebeln
1 rote Chili
2 Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer
12 Kirschtomaten
12 Kalamata Oliven
frischer Thymian und Basilikum