



## Vollkornpasta mit Tomatensauce und weißen Bohnen

Einfache, proteinreiche Pasta

**305**

kcal

**14.5 g**

Protein

**54.8 g**

Kohlenhydrate

**2 g**

Fett

**20 Min.**

Zubereitung

Nährwerte pro Person · Zutaten für 2 Portionen

**Enthält (automatisch aus Zutaten abgeleitet):** Glutenhaltiges Getreide

### Zutaten

100 g Vollkornpasta

200 ml Tomatensauce

150 g Weiße Bohnen

### Zubereitung

1. Vollkornpasta nach Packungsanweisung in Salzwasser kochen.
2. Weiße Bohnen abtropfen lassen.
3. Tomatensauce erwärmen, Bohnen unterrühren und kurz mitköcheln.
4. Pasta abgießen, mit der Sauce vermengen und servieren.