

Bandnudeln mit Spinat in Sahnesoße

Nudel-Gerichte » Bandnudeln

Zutaten (2 Personen)

- » 200g Bandnudeln
- » Salz & Pfeffer
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 100g Cocktailtomaten
- » 1 Topf Basilikum
- » 120g Ziegenkäse
- » 30g Pinienkerne
- » 250g Blattspinat
- » 2 EL Öl
- » 75g Schlagsahne
- » 150ml Instant-Gemüse-Brühe
- » 1 EL Soßenbinder

Bewertung



Beschaffung

manchmal im Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

bis 30min

Zubereitung

1. Nudeln in Salzwasser ca. 8min garen. Knoblauch fein hacken, Tomaten halbieren. Basilikumblättchen, bis auf einige zum Garnieren, in feine Streifen schneiden. Ziegenkäse in kleine Ecken schneiden. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten.

2. Knoblauch, Tomaten und Spinat in heißem Öl andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Sahne und Brühe ablöschen, kurz aufkochen lassen. Soßenbinder einrühren, abschmecken. Ziegenkäse zufügen. Gemüse und Käse mit Nudeln anrichten und mit Pinienkernen und Basilikum bestreuen.

Nährwerte: 880kcal/E30g/F43g/KH86g pro Portion

angelegt am: 18.01.2004

Rezept-Nr: 816

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke