



Spaghetti mit Spinat

Zutaten

- 450 gr. Blattspinat TK
- 1 Essl. Olivenöl
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 600 gr. Sahne (event. laktosefrei)
- 1 Tl. Paprikapulver edelsüß
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- einen halben Tl. frisch ger. Muskat
- 100 ml Gemüsebrühe Bio
- 100 gr. geriebenen Käse, den ihr mögt (Parmesan, Gouda ...)

Zwiebel ganz klein schneiden.
Knoblauch klein hacken oder durch die Knoblauchpresse drücken.
Zwiebeln n Olivenöl in einem Bräter anschwitzen, Spinat dazugeben und mit geschlossenen Deckel 5 Min. dünsten.



Mit Salz, Pfeffer, Muskat, Paprika würzen, rühren und Knoblauch dazugeben.
Anschließend mit Sahne und Brühe ablöschen, die Soße leicht köcheln lassen und rühren.



2 Packg. 500 gr. Spaghetti No5
(Das sind die ganz normalen Spaghetti)

Wasser mit Salz sprudelnd kochen lassen, Spaghetti reingleiten lassen (NICHT BRECHEN), einen Augenblick warten und dann die Spaghetti komplett mit einer Gabel ins Wasser drücken und al dente kochen.
(SIEHE „PENNE MIT Tomatensoße“)

Spaghetti abschütten, wieder in den Topf geben und direkt mit der Soße verrühren.
Dann mit oder ohne geriebenen Käse servieren.

Wer die Soße nicht mag, gibt ein bisschen Butter an die Spaghetti und streut Käse drüber.

