Rezept

Spiralnudeln mit Erbsen

Ein Rezept von Spiralnudeln mit Erbsen, am 28.04.2024

Zutaten

150 g	Spiralnudeln
1	Zwiebel
1 EL	Olivenöl
100 g	Frischkäse (5 % Fett)
2 EL	gehackte Mandeln
	Jodsalz
1	Knoblauchzehe
100 ml	Gemüsebrühe
300 g	tiefgekühlte Erbsen
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 545 kcal

Zubereitung

1. Die Nudeln nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser bissfest garen. Abgießen und abtropfen lassen.

2. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und hacken. Das Öl erhitzen und beides darin glasig dünsten. Mit Brühe ablöschen.

3. Den Frischkäse und die Erbsen unterrühren. Aufkochen und zugedeckt bei schwacher Hitze 5 Min. köcheln lassen. Die Erbsensauce mit den Nudeln und Mandeln mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.