

Rezept

Nudelpfanne mit Lammhack

Ein Rezept von Nudelpfanne mit Lammhack, am 08.12.2025

Zutaten

50 g	Schafskäse (Feta)	4 Stängel	Minze
2 EL	Olivenöl	150 g	Joghurt
	Salz		2 Frühlingszwiebeln
2	Knoblauchzehen	200 g	junger Spinat
300 g	Lammhackfleisch	200 g	kurze Pasta (z.B. Casarecce oder Fusilli)
1/2 TL	Chiliflocken		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 915 kcal, 46 g F, 47 g EW, 75 g KH

Zubereitung

1. Den Schafskäse fein zerkrümeln. Die Minze waschen, trocken schütteln und die Blätter fein hacken. Den Schafskäse, die Minze und 1 TL Öl unter den Joghurt rühren. Mit Salz abschmecken.
2. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und mit dem Grün in feine Ringe schneiden. Gut 1 EL vom Grün beiseitelegen. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Spinat gründlich waschen und trocken schütteln, dickere Stiele abknipsen.
3. In der Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen. Die Zwiebelringe und den Knoblauch kurz darin andünsten. Das Hackfleisch hinzufügen und bei großer Hitze unter Rühren krümelig braten. Die Pasta und 450 ml kaltes Wasser dazugeben, mit den Chiliflocken und Salz würzen und alles offen bei mittlerer Hitze kochen, bis die Nudeln al dente sind (mit dieser Methode gegarte Pasta braucht ca. 4 Min. länger als auf der Packung angegeben). Dabei immer wieder durchrühren.
4. Den Spinat nach und nach dazugeben, unterrühren und zusammenfallen lassen. Alles noch ca. 4 Min. garen, bis die Pasta al dente ist. Die Nudelpfanne mit Salz abschmecken und mit dem Joghurt servieren.