

Rezept

Schnelle Spinat-Fusilli mit Paprikasauce

Ein Rezept von Schnelle Spinat-Fusilli mit Paprikasauce, am 22.07.2024

Zutaten

Salz	400 g	Fusilli
3 Frühlingszwiebeln	400 g	junger Blattspinat
250 g Kirschtomaten	1	Knoblauchzehe
1 Glas gegrillte Paprika (ca. 200 g Abtropfgewicht)	100 g	getrocknete Tomaten (in Öl)
100 g Sahne	100 ml	Gemüsebrühe
Pfeffer	2 EL	Olivenöl
50 g Vitalkerne-Mix (z. B. Sesam, Sonnenblumen-, Pinienkerne)	50 g	schwarze Oliven
	2 EL	gehobelter italienischer Hartkäse

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 790 kcal

Zubereitung

1. Reichlich Wasser in einem großen Topf aufkochen und salzen. Die Nudeln darin nach Packungsangabe bissfest garen, in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Während die Nudeln kochen, die Frühlingszwiebeln putzen, waschen, weiße und hellgrüne Teile schräg in 2 - 3 cm breite Stücke schneiden. Den Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern. Die Kirschtomaten waschen und halbieren. Den Knoblauch schälen und in kleine Würfel schneiden.
3. Grillpaprika und getrocknete Tomaten abtropfen lassen, grob würfeln und anschließend im Mixer fein pürieren. Mit Sahne und Brühe in einem Topf verrühren, erhitzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Sauce warm halten.
4. Inzwischen das Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Vitalkerne, Frühlingszwiebeln und Knoblauch darin bei starker Hitze unter Rühren ca. 1 Min. anbraten. Spinat dazugeben und bei mittlerer Hitze in 2 - 3 Min. zusammenfallen lassen. Nudeln, Oliven und Kirschtomaten unterheben. Alles bei mittlerer Hitze noch ca. 2 Min. dünsten. Die Nudeln mit der Paprikasauce anrichten und mit dem gehobelten Käse garniert servieren.