

Penne mit Mais und Tomaten

in cremiger Spinat-Käse-Sauce



20-30min



2 Personen

Lust auf Genuss? Keine Lust, lange in der Küche zu stehen? Das muss kein Widerspruch sein, wie dieses schnelle Pastagericht zeigt, auf das sich bestimmt alle ganz schnell einigen können, denn es gibt Penne in einer cremigen Sauce mit knackigen Maiskörnern, frischen Tomaten, zartem Spinat und fein geriebenem Käse.

- 7
- 1
- 3,7

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

- großer Kochtopf
- Küchenreibe
- Messbecher
- mittelgroße Pfanne
- Sieb

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 935kcal, Fett 43.2g,
Kohlenhydrate 105.0g, Eiweiß 27.1g



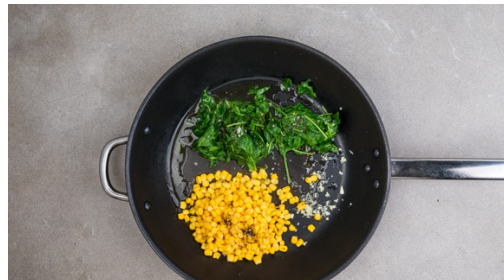
2L Wasser in einem großen Topf aufkochen.
Den **Spinat** grob hacken.



Das Wasser leicht salzen und die Temperatur auf mittlere Stufe reduzieren. Den **Spinat** hineingeben und ca. 2-3Min. gar ziehen lassen, dann mit einer Schaumkelle herausnehmen und beiseitestellen. Das Wasser für die **Pasta** erneut zum Kochen bringen.



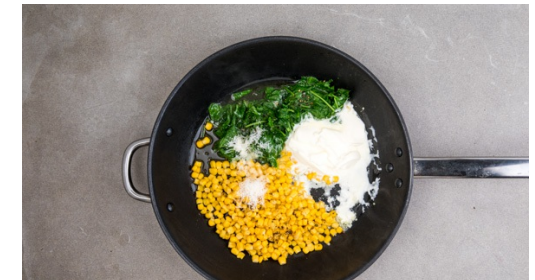
Die **Kirschtomaten** halbieren. Den **Knoblauch** schälen und fein hacken. Den **Mais** in einem Sieb abtropfen lassen.



Den **Mais** und den **Knoblauch** in einer großen Pfanne mit 1-2TL Olivenöl bei mittlerer Hitze leicht anbraten. Den **Spinat** dazugeben und mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.



Sobald das Wasser erneut kocht, die **Nudeln** hineingeben und in ca. 7-9Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Den **Käse** fein reiben.



Die **Crème fraîche** in die Pfanne geben und mit dem **Gemüse** verrühren. Ca. **3/4 des geriebenen Käses** hinzugeben, nochmals verrühren und die **Sauce** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Tomaten** und die **Pasta** dazugeben und alles gut vermengen. Mit dem restlichen **Käse** und dem **Sumach** garnieren und servieren.