



RESHOOT Schweinswurst-Spinat-Pasta

mit getrockneten Tomaten und Walnüssen



20-30min



3-4 Personen

Pastagerichte sind stets zur Stelle, wenn es schnell gehen soll. Und wenn wie hier an Aromen nicht gegeizt wird, hast du im Nu alle hungrigen Mägen besänftigt und glückliche Lächeln in die Gesichter deiner Lieben gezaubert. Ja, so einfach ist das, wenn die Nudel auf würzige Schweinswurst, zarten Babyspinat, getrocknete Tomaten und geröstete Walnüsse sowie auf Lauchzwiebel, Knoblauch und geriebenen Käse trifft!

- 400g Bio-Penne ¹
- 1 Lauchzwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 50g Walnusskerne ³
- 1 Pck. getrocknete Tomaten
- 2 Stücke italienischer Hartkäse ²
- 4 Schweinswürste
- 400g Babyspinat

- 2TL Weizenmehl ¹
- 2EL Butter ²
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- großer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Energie 919kcal, Fett 51.9g,
Kohlenhydrate 79.1g, Eiweiß 36.0g



1. Lauchzwiebel schneiden

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in hauchdünne Scheibchen schneiden.



4. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher **400ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



2. Walnüsse anrösten

Die **Walnüsse** in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 2-3Min. anrösten. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen, die Pfanne aufbewahren. Die abgekühlten **Walnüsse** grob hacken. Die **getrockneten Tomaten** in dünne Streifen schneiden. Den **Käse** fein reiben.



5. Wurst braten

Die **Wurst** in der Pfanne mit 2EL Olivenöl bei starker Hitze 5-6Min. knusprig anbraten. Auf einem Teller beiseitestellen. Den **Knoblauch** in der Pfanne mit 2EL Butter ca. 1Min. anbraten, dann 2TL Mehl unterrühren, bis das Mehl nicht mehr zu erkennen ist, und mit dem **Pastawasser** ablöschen.



3. Wurst schneiden

Die **Würste** von der Pelle befreien und in dünne Scheiben schneiden.



6. Pasta fertigstellen

Die **Pasta**, die **Wurst**, die **getrockneten Tomaten**, den **Spinat** und den **Käse** zur **Sauce** in die Pfanne geben und alles gut vermengen. Die **Pasta** mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den **Lauchzwiebeln** und den **Walnüssen** garniert servieren.