



High-Protein-Penne mit Serranochips

und cremiger Sauce mit Spinat



20-30min



2 Portionen

Ein Gericht, über dem man seine Tischmanieren vergessen könnte, so gierig möchte man es verschlingen! Die leckere Pasta schmeckt einfach köstlich in der cremigen Spinat-Käse-Sauce. Und dazu die knusprigen Schinchenchips – wir können mit der Schwärmerei gar nicht aufhören. Probiert es aus!

Was du von uns bekommst

- 250g High-Protein-Penne ²
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Pck. Serranoschinken
- 1 Stückchen Hartkäse ^{1,3}
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 1 Becher Crème fraîche ³
- 200g Babyspinat (ungewaschen)

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 756kcal, Fett 31.1g, Kohlenhydrate 55.9g, Eiweiß 55.4g



1. Lauchzwiebel schneiden

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Lauchzwiebel** schräg in feine Ringe schneiden.



4. Käse reiben

Den **Käse** fein reiben. Die **½ des Brühgewürzes** in 200ml heißem Wasser auflösen.



2. Schinken rösten

Die **Schinkenscheiben** nebeneinander auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und im Ofen 8-10Min. backen, bis der **Schinken** knusprig ist.



5. Sauce ansetzen

In einer großen Pfanne die **Crème fraîche** und die **½ der Brühe** verrühren und einmal aufkochen lassen, dann den **Spinat** hinzugeben.



3. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 6-8Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



6. Käse unterrühren

Den **Käse** untermischen und alles 1-2Min. bei niedriger Hitze sanft köcheln lassen, bis der **Spinat** zusammengefallen ist. Die **Pasta** unterheben; die **restliche Brühe** unterrühren, falls die **Sauce** zu dickflüssig ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **Schinken** in mundgerechte „Chips“ brechen. Die **Pasta** mit dem **Schinken** und den **Lauchzwiebeln** garniert servieren.