



## 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 <sup>1</sup>
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Pck. Serranoschinken
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 1 Becher Crème fraîche <sup>2</sup>
- 200g Babyspinat (ungewaschen)
- 1 Pck. Hartkäse, gehobelt <sup>2</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer

## Küchenutensilien

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

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

### Allergene

Gluten (1), Milch (2). 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. Brühe vorbereiten

Die **½ des Brühgewürzes** in 200ml heißem Wasser auflösen.



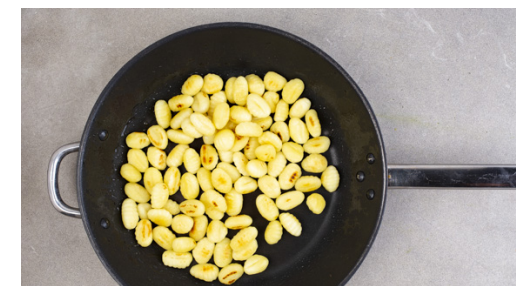
### 2. Schinken rösten

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.