

Rucola-Käsesoße

Zutaten | 4 Portionen

50 g	Rucola
1	Knoblauchzehe
50 g	geriebener Parmesan
100 g	Ricotta
1 EL	Olivenöl
	Salz
1 Prise	Chilipulver

Zubereitungszeit: 15 Min.

Zubereitung:

- Rucola waschen, trocknen und sehr fein hacken.
- Knoblauch schälen und pressen.
- Parmesan reiben.
- Alle Zutaten in eine Schüssel geben und gut verrühren.
- Mit Olivenöl, Salz und Chili abschmecken.
- Die Sauce mit der fertigen Pasta mischen und einige Minuten ziehen lassen.

Tipp:

Der Rucola kann auch gröber gehackt oder sogar ganz gelassen werden.

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren.
Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 54 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
112 kcal	8,93 g	<1 g	7,07 g	236 mg