

Nudeln mit Ricotta und Spinat

Zutaten | 4 Portionen

1	Knoblauchzehe
1	Bio-Zitrone
500 g	Baby-Blattspinat
1 EL	Butter
500 ml	Gemüsebrühe
250 ml	Schlagsahne
300 g	Penne
150 g	Ricotta
	Salz, Pfeffer
30 g	geriebener Parmesan

Zubereitungszeit: 40 Min.

Zubereitung:

- Knoblauch schälen und fein würfeln. Zitrone heiß abspülen, trocken tupfen und die Schale fein abreiben. Den Saft auspressen.
- Spinat putzen, gut abspülen und abtropfen lassen.
- Butter in einem Topf erhitzen, Knoblauch und Zitronenschale kurz darin andünsten. Brühe und Sahne dazu gießen, Nudeln (ungekocht) unterrühren und ca. 10 Minuten unter Rühren bissfest kochen. 3 Minuten vor Ende der Garzeit den Spinat unterheben und mitkochen.
- Ricotta unterrühren und Pasta mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
- Spinat-Nudeln auf vorgewärmten Tellern anrichten und den geriebenen Parmesan darüber verteilen.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von ca. 100 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
103 kcal	6,9 g	7 g	3,7 g	93,7 mg