



Zutaten

- 500 g Blattspinat
- 1 Zwiebel, klein
- 1 Knoblauchzehe
- 400 g Bandnudeln
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Pinienkerne
- 200 g Sahne
- 2 EL Parmesan, gerieben
- n. B. Salz und Pfeffer

Bandnudeln mit Blattspinat und Sahne

Zubereitung

Den Spinat verlesen und waschen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser bissfest kochen.

Jetzt das Öl in einem großen Topf erhitzen. Die Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin unter Rühren glasig dünsten. Den vorbereiteten Spinat und die Pinienkerne zugeben und kurz anbraten, bis der Spinat zusammenfällt.

Die Sahne zugeben, salzen und pfeffern und unter Rühren cremig einkochen lassen. Die Nudeln abgießen und gut abtropfen lassen. Zur Soße geben, mit dem frisch geriebenen Parmesan bestreuen und alle Zutaten gut miteinander vermischen.

Tipp Für eine feinere Note kann statt Spinat auch Mangold verwendet werden. Dazu müssen die Mangoldblätter vorher gehackt und die Stiele in Streifen geschnitten und kurz blanchiert werden.