

Pasta mit Kürbis und Spinat

Zutaten

200 g Nudeln (Penne, Spirelli, Farfalle,...)

250 g Kürbis

200 g Blattspinat

50 g Parmesan in Stücken

50 g Walnüsse

1 Zwiebel geviertelt

1 EL Öl

600 g Wasser

Cocktailtomaten

Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Zubereitung

Eine Auflaufform einfetten.

Kürbis entkernen, waschen und in Würfel (ca. 1,5 cm) schneiden

Spinat waschen, evtl. dicke Stiele entfernen und abtropfen lassen. Im Varoma und Einlegeboden locker verteilen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

Nudeln in einem Topf mit Salzwasser bissfest garen.

Inzwischen:

Parmesan 10 Sekunden / Stufe 10 zerkleinern, umfüllen.

Walnüsse 3 Sekunden / Stufe 4 zerkleinern, zu dem Parmesan geben.

Mixtopf muss nicht gespült werden.

Zwiebel 5 Sekunden / Stufe 5 zerkleinern.

Öl zugeben und 2 Minuten / 120 Grad / Stufe 1 dünsten.

Garkorbchen einhängen, Kürbis einwiegen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Das Wasser eingießen und Topf verschließen.

Varoma mit dem Spinat aufsetzen und das Gemüse 15 Minuten / Varoma / Stufe 1 garen.

In der Auflaufform die abgegossenen Nudeln, Spinat, Kürbis und Cocktailtomaten vermischen.

Evtl. noch einmal mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Die Hälfte der Parmesan – Nuss - Mischung aufstreuen.

Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad ca. 25 Minuten backen.

Beim Servieren die restliche Parmesan – Nuss – Mischung aufstreuen.



Anmerkung:

Die Anregung zum Rezept ist aus einer Frauenzeitschrift, dort für 4 Personen angegeben.

Ich habe es etwas abgewandelt und die Zutaten halbiert – wir können zweimal davon essen!

