

Jacqueline Amirfallah

Mittwoch, 20. April 2016

Pasta verde

Zutaten für 4 Personen

Zutaten

Für die Pasta

300 g	Spinat
250 g	Mehl
250 g	Hartweizengrieß
1	Ei
1 EL	Olivenöl
etwas	Salz
1 Prise	Muskat
Wasser	nach Bedarf



Für die Beilage

1	Zwiebel
1 Bund	Salbei
1 Bund	Thymian
1 EL	Olivenöl
100 g	Sahne
50 g	Parmesan
etwas	Salz
4	Kopfsalatherzen
1 EL	Butter
1 Bund	Lauchzwiebeln

Zubereitung

1.

Den Spinat waschen. Die Hälfte des Spinats mit 100 ml Wasser sehr fein mixen, evtl. durch ein Sieb drücken.

2.

Den pürierten Spinat mit Mehl, Grieß, Ei, Olivenöl, Salz und Muskat vermischen und alles zu einem glatten grünen Teig verkneten, in Frischhaltefolie einschlagen und eine halbe Stunde ruhen lassen.

3.

Mit einer Nudelmaschine den Nudelteig zu Teigbahnen verarbeiten und diese zu viereckigen Nudelplatten zurechtschneiden.

4.

Die Zwiebel schälen und würfeln. Salbei und Thymian abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

5.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, Zwiebelwürfel mit dem Salbei darin anschwitzen, den restlichen Spinat zugeben, zusammenfallen lassen, die Sahne angießen, aufkochen. Parmesan fein reiben. Spinat zu einer Sauce mixen mit Salz, Thymian und Parmesan abschmecken. Falls nötig mit Stärke binden.

6.

Die Nudelplatten in einem Topf mit Salzwasser kochen, dann abtropfen lassen.

7.

Den Kopfsalat waschen, abtropfen lassen, in Viertel schneiden. In einer Pfanne Butter erhitzen, Kopfsalatviertel darin anbraten und salzen.

8.

Die Lauchzwiebeln putzen und in einer Grillpfanne braten.

9.

Alles aufeinander stapeln, mit der Soße begießen und servieren.

Pro Portion: 681 kcal / 2855 kJ

93 g Kohlenhydrate, 22 g Eiweiß, 22 g Fett