



# Nudeln mit Würstchen, Erbsen und Mais

Zeit gesamt  
🕒 25min

Zubereitungszeit  
👉 5min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

|                                  |        |
|----------------------------------|--------|
| Zwiebeln, gelb                   | 1 St.  |
| Knoblauchzehen                   | 1 St.  |
| Mais aus der Dose                | 150 g  |
| Öl                               | 2 EL   |
| Wasser                           | 750 ml |
| Milch                            | 300 ml |
| Kräuter der Provence, getrocknet | 0.5 TL |
| Salz                             |        |
| Penne Rigate                     | 500 g  |
| Wiener Würstchen                 | 4 St.  |
| Erbsen, tiefgefroren             | 150 g  |
| Frischkäse, natur                | 80 g   |
| Pfeffer, schwarz                 |        |

## Zubereitung



Küchenutensilien

Sieb, Monsieur Cuisine

1. Zwiebel halbieren und schälen. Knoblauch schälen. Mais in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. In den Mixbehälter Zwiebel und Knoblauch geben und 4 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Öl zugeben und 3 Min./Anbratstufe braten. Wasser, Milch, 1 TL Kräuter der Provence und 1 TL Salz zugeben und für 5 Min./100 °C/Stufe 1 erhitzen.
3. Nudeln und Mais zugeben und Linkslauf/7 Min./100 °C/Stufe 1 garen. Inzwischen Würstchen in etwa 1 cm große Stücke schneiden.
4. Nach Ende der Garzeit Würstchen, Erbsen und Frischkäse zugeben und Linkslauf/5 Min./100 °C/Stufe 1 vermengen. Nudeln mit Würstchen, Erbsen und Mais mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

|                |          |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 765 kcal |
| Kohlenhydrate  | 109 g    |
| Eiweiß         | 27 g     |
| Ballaststoffe  | 1 g      |
| Fette          | 24 g     |