



# One Pot Pasta mit Spinat und Champignons

Zeit gesamt  
30min

Zubereitungszeit  
10min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Babyspinat	100 g
Champignons, weiß	250 g
Parmesan	60 g
Öl	2 EL
Schlagsahne	200 g
Wasser	800 ml
Salz	1 TL
Penne Rigate	500 g
Tomatenmark	1 TL
Pfeffer, schwarz	

## Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, Monsieur Cuisine

1. Zwiebel halbieren und schälen. Knoblauch schälen. Spinat waschen und abtropfen lassen. Champignons ggf. mit Küchenkrepp säubern und vierteln. Parmesan in Stücke schneiden. In den Mixbehälter Parmesan geben und 10 Sek./Stufe 10 zerkleinern. Anschließend Parmesan in eine Schüssel umfüllen.
2. In den Mixbehälter Zwiebel und Knoblauch geben und 4 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Mit dem Spatel nach unten schieben. Öl zugeben und 3 Min./Anbratstufe braten. Champignons zugeben und weitere 3 Min./Anbratstufe braten. Mit Sahne und Wasser ablöschen und Linkslauf/3 Min./100 °C/Stufe 1 ohne Messerbecher aufkochen.
3. 1 TL Salz, Nudeln, Tomatenmark und 1 Prise Pfeffer in den Mixbehälter zugeben und Linkslauf/15 Min./100 °C/Stufe 1 garen. Anschließend Spinat zugeben und nochmals Linkslauf/8 Min./100 °C/Stufe 1 garen.
4. One Pot Pasta mit Spinat und Champignons mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Parmesan servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	637 kcal
Kohlenhydrate	100 g
Eiweiß	25 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	15 g