



# 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.  |
| Penne Rigate      | 500 g  |
| Wasser            | 800 ml |
| Salz              | 1 TL   |
| Champignons, weiß | 250 g  |
| Parmesan          | 60 g   |
| Öl                | 2 EL   |
| Tomatenmark       | 1 TL   |
| Pfeffer, schwarz  |        |
| Babyspinat        | 100 g  |
| Rama Cremefine    | 200 g  |

## Zubereitung

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 | 656 kcal |
| Kohlenhydrate  | 100 g    |
| Eiweiß         | 24 g     |
| Ballaststoffe  | 1 g      |
| Fette          | 18 g     |