



Pilznudeln mit Spinat

BEILAGE FÜR 4 PERSONEN

- 200 g Pilze, z. B. Eierschwämmli**
- 2 Knoblauchzehen**
- 2 Schalotten**
- 4 Zweige Thymian**
- 4 EL Olivenöl**
- 2,5 dl Halbrahm**
- Salz, Pfeffer**
- 500 g Eiernudeln, z. B. Tagliatelle**
- 100 g Jungspinat**

Pilze rüsten, Knoblauch und Schalotten hacken. Thymianblättchen abzupfen. Pilze, Knoblauch, Zwiebeln und Thymian im Öl ca. 5 Minuten dünsten. Rahm dazugießen, ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze einköcheln lassen, bis der Rahm etwas eindickt. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Inzwischen Nudeln in Salzwasser ca. 5 Minuten al dente kochen. Abgiessen. Nudeln mit Pilzsauce und Spinat mischen.

TIPP Passt zu gebratenem Fleisch und Wild.

Pro Person ca. 24 g Eiweiss, 29 g Fett, 85 g Kohlenhydrate, 3000 kJ/720 kcal

