

Spinat-Nudel-Pfanne (One-Pot)

In dieser Form essen sogar die Kinder den Spinat gerne!

Zutaten:

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
250 g Nudeln (zB Fusilli)
100 g Blattspinat (oder mehr)
400 g Tomatenstücke aus der Dose oder eingekochte
Tomatensoße oder passierte Tomaten
2 EL Olivenöl
20 g Frischkäse oder vegane Alternative
je 1 TL Basilikum & Majoran (frisch oder getrocknet)
1 TL Salz
1 EL gekörnte Gemüsebrühe

Zubereitung:

750 ml Wasser in eine große Pfanne (mit Deckel!) geben. Dazu kommen: Salz, Basilikum, Majoran, Gemüsebrühe, Frischkäse & Olivenöl. Alles miteinander verrühren.

Nun die Zwiebel in kleine Würfel geschnitten dazugeben und den Knoblauch hineinpresse. Den Spinat kleinschneiden und ebenfalls mit den Tomaten in die Pfanne geben. Anschließend noch die Nudeln rein und alles gut vermischen.

Das Ganze dann aufkochen lassen und mit Deckel 10 Minuten kochen. Den Deckel abnehmen und noch einmal 5 Minuten bei gelegentlichem Umrühren köcheln lassen. Danach die Pfanne vom Herd nehmen, den Deckel auflegen, und weitere 5 Minuten ziehen lassen.

Guten Appetit!