



Seit 1634

PAULANER 0,0%
präsentiert



Mein Lieblings-Fitnessgericht

JOSHUA KIMMICH

LECKERE SPINAT-PASTA

Zutaten

100 g *Spaghetti*
200 ml *Gemüsebrühe*
200 g *frischer Blattspinat*
100 ml *vegane Sahne*
1/2 *Avocado*
1/2 *Limette*
1 *Knoblauchzehe*
Cocktailtomaten
Pinienkerne
Pfeffer, Salz
Muskat
Kurkuma

Zubereitung

- 1.) Spaghetti in kochendem Wasser aufsetzen.
- 2.) Pinienkerne ohne Öl anrösten.
- 3.) Gemüsebrühe in Pfanne erwärmen.
- 4.) Frischen Blattspinat in die Pfanne hinzugeben.
- 5.) Knoblauch über den Blattspinat reiben.
- 6.) Cocktailtomaten halbieren und in die Pfanne hinzugeben.
- 7.) Muskat über den Blattspinat reiben und 1 Prise Kurkuma hinzugeben.
- 8.) Avocado in kleine Würfel schneiden.
- 9.) Nudeln abgießen und in die Pfanne hinzugeben.
- 10.) Sahne in die Pfanne hinzugeben und aufkochen.
- 11.) Parmesan über die fertigen Nudeln reiben.
- 12.) Avocado & Pinienkerne hinzugeben.
- 13.) Limette für die Frische über den Nudeln auspressen.

