

DUFT DER MACCHIA



ZUTATEN

Zutaten für 4 Personen

- 4 Frühlingszwiebeln
- 400 g Kichererbsen im Glas
(2 Gläser je ca. 230 g Abtropfgewicht)
- 150 g junger Spinat
- 3 EL Olivenöl
- 200 ml Gemüsebrühe, z.B. mit
Herbaria „Querbeet“
- 3 EL Zitronensaft
- 3-4 TL Herbaria „Duft der Macchia“
- 250 g Penne oder andere kurze Nudeln
- Parmesan

Herbaria „Pasta e Ceci“ mit Spinat und „Duft der Macchia“

Die Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Kichererbsen abgießen, dabei die Flüssigkeit aus dem Glas auffangen. Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen.

3 EL Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Frühlingszwiebeln darin andünsten. Kichererbsen-Flüssigkeit, Gemüsebrühe und Zitronensaft hinzugeben. Anschließend 3-4 TL „Duft der Macchia“ darüber streuen und ca. 5-10 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Penne nach Packungsanweisung in reichlich Salzwasser bissfest kochen, abgießen und abtropfen lassen.

Den frischen Spinat mit den Nudeln in die Pfanne geben und durchschwenken. Den Deckel kurz auflegen, bis der Spinat zusammengefallen ist. Alles gut durchrühren und optional mit geriebenem Parmesan anrichten.

Weitere Herbaria Rezepte finden Sie unter: www.herbaria.com/rezepte