

Spaghetti mit Kürbis, Walnüssen und Blattspinat

Hauptspeise Gemüse Herbst Kinder Nudelgerichte
Vegetarisch

ZUBEREITUNG

SCHWIERIGKEIT: ● ● ○ ○ ○

Die Schalotten und Knoblauch schälen, beides in Würfel schneiden. Den Kürbis halbieren, die Kerne herauskratzen und das Kürbisfleisch in Spalten schneiden. Kürbis mit Thymian, Chili, Sonnenblumenöl, Schalotten und Knoblauch auf einem Backblech vermischen und bei 140 °C ca. 35 Minuten braten. Den gebratenen Kürbis in eine Pfanne geben und mit einem Erdäpfelstampfer zerdrücken. Obers und Walnüsse dazugeben. Die Spaghetti laut Packungsanleitung bissfest kochen, einen Suppenschöpfer Nudelwasser zur Kürbissauce geben. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, die abgegossenen Spaghetti mit dem Spinat dazugeben und kurz durchmischen. Die Nudeln portionsweise auf einer Fleischgabel aufrollen, in tiefen Tellern anrichten und mit gehackten Walnusskernen garnieren.



ZUTATEN

500 g Recheis Goldmarke
Spaghetti №5

1 Stk. Hokkaido Kürbis

2 Stk. Schalotte(n)

2 Stk. Knoblauchzehe(n)

3 EL Walnüsse, gehackt

100 ml Schlagobers

4 EL Sonnenblumenöl

100 g Baby Blattspinat,
frisch

2 Stk. Thymianzweig(e),
gehackt

1 TL Chilischote,
getrocknet

Salz Pfeffer

1 EL Walnüsse, gehackt,
zum Garnieren