



1A+1B

Vegetarisch

Fusilli mit Champignons, Spinat und Kräutersahnesoße



Zubereitungszeit
25 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Die Fusilli gemäß der Anleitung auf der Verpackung zubereiten. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte 1-2 Minuten andünsten. Die Champignons hinzufügen und goldbraun braten. Den Spinat hinzufügen und zusammenfallen lassen. Mit Pfeffer und Salz würzen. In einer kleinen Schüssel Kochsahne, Frischkäse und die frischen Kräuter vermengen. Die Fusilli abgießen, zu den Champignons geben und die Kräutersahnesoße unterrühren. Nach Belieben noch mit Pfeffer und Salz nachwürzen.

Zutaten

- ☐ 1 Beutel PS. food & lifestyle fusilli
- ☐ 200 g Champignons in Scheiben
- ☐ 1 Handvoll frischer Spinat
- ☐ 1 EL Kochsahne light
- ☐ 1 EL Kräuterfrischkäse
- ☐ 1 kleine Schalotte
- ☐ ½ EL Butter
- ☐ ½ EL frischer Dill, fein gehackt
- ☐ ½ EL frische Petersilie, fein gehackt
- ☐ Pfeffer und Salz

Nährwerte pro Person

Energie	241 kcal
Kohlenhydrate	8 g
Fett	10 g
Eiweiß	24 g