



Spaghetti mit Spinat an erfrischender Zitronenrahmsauce

Zutaten für 4 Personen

- 500 g frischer Spinat
- 500 g Spaghetti
- Salz
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 EL Olivenöl
- 3 TL Gemüsebouillonpulver
- 1-2 unbehandelte Zitronen, Schale und Saft
- 250 g saurer Halbrahm (fettreduzierte saure Sahne) oder Soja- oder Haferrahm für eine vegane Variante
- Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

1. Den **Spinat** waschen. Die Spaghetti in Salzwasser al dente kochen, dann abgiessen und abtropfen lassen.
2. Die Zwiebel hacken, den Knoblauch pressen und beides im Olivenöl anbraten. Den Spinat dazugeben, etwas Pastawasser hinzufügen und mit dem Bouillonpulver vermischen. Wenige Minuten auf kleiner Stufe köcheln lassen.
3. Die Zitronenschale über den Spinat raspeln, denn den Zitronensaft und den Halbrahm zugeben. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Die Spaghetti mit der Sauce anrichten und servieren.

Aus dem Buch: «LouMalou – entspannt, musikalisch, vegetarisch», über 90 einfache und schnelle Rezepte. Gerichte aus dem Alltag der populären Bloggerin und Autorin Nadja Zimmermann, AT Verlag

Quelle: <https://zeitlupe.ch/panorama/essen-trinken/>