



Spaghettoni verde mit pochiertem Ei

Fein gehackter Spinat ist wie gemacht für eine Pastasauce. Da braucht es nicht mehr viel dazu: Zwiebel und Knoblauch für eine gute Würze und Sauerrahm, der die Spinatsauce schön geschmeidig macht. Natürlich gehört auch Parmesan dazu, der am besten gleich bei der Zubereitung unter die Sauce gemischt wird. Ein pochiertes Ei obendrauf macht das einfache Pastagericht zu einem vergnüglichen Schmaus.

Zutaten

80g	Spaghettoni
80g	Spinat, gehackt, gefroren
20g	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
10g	Tafelbutter
30g	Sauerrahm
1	Ei
	Parmesan gerieben
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

Spinat auftauen.

Spaghettoni in Salzwasser gar kochen.

Zwiebel und Knoblauch hacken.

Butter schmelzen, Zwiebel und Knoblauch ca. 2-3 Minuten sanft dünsten. Spinat und Sauerrahm zugeben und ca. 5 Minuten leicht köcheln lassen. Mit Pfeffer und wenig Salz würzen.

Spaghettoni abgießen, zur Sauce geben und vermischen.

Wasser bis knapp zum Siedepunkt erhitzen. Ei in einer Schaumkelle für 15 Sekunden ins heiße Wasser tauchen. Dadurch stockt das Ei leicht an und es franst beim Pochieren weniger aus. Ei aufschlagen und ins heiße Wasser gleiten lassen. 2 Minuten ziehen lassen.

Parmesan unter die Spaghettoni mischen und anrichten. das Ei mit der Schaumkelle aus dem Wasser heben und auf die Spaghettoni legen, mit etwas Pfeffer würzen. Ei anschneiden, damit das Eigelb ausläuft.







Ei pochieren