

Rainer Klutsch Rote Spaghetti mit Spinat und Feta

Montag, 12. April 2021
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad: einfach
Vegetarisch, Pasta

Zutaten:

1 kg	frischer Blattspinat
etwas	Salz
400 g	Spaghetti
150 ml	Rote-Bete-Saft
20 g	Butter
2 EL	Weißweinessig
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
2 EL	Olivenöl
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1 Prise	Muskat
1	Bio-Zitrone
1	Gartenkresse-Schälchen
100 g	Feta



Zubereitung:

1. Spinat putzen, die Stängel entfernen. Spinatblätter gut waschen und abtropfen lassen.
2. In einem großen Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen.
3. Die Spaghetti im kochenden Salzwasser darin bissfest garen.
4. In der Zwischenzeit in einem kleinen Topf Rote-Bete-Saft mit Butter und Essig bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten einkochen lassen.
5. Zwiebel und den Knoblauch schälen und kleinschneiden.
6. Spaghetti abgießen, dabei 100 ml Nudelwasser auffangen.
7. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Spinat dazugeben und zusammenfallen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
8. Nudelwasser mit der Rote-Bete-Reduktion in einen großen flachen Topf (oder eine Pfanne) gießen und kurz aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
9. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen und etwas Schale abreiben.
10. Nudeln und etwas Zitronenschale in die Rote-Bete Reduktion geben und kurz erwärmen, dabei ständig wenden, bis die Nudeln die rote Farbe angenommen haben.
11. Kresse vom Beet schneiden und den Fetakäse mit den Fingern zerbröseln.

12. Spinat in tiefe Teller geben, darauf die roten Spaghetti anrichten und mit Feta und Kresse garnieren.

Pro Portion: 580 kcal / 2410 kJ
73 g Kohlenhydrate, 23 g Eiweiß, 21 g Fett