

Vegane Mandelpasta mit Spinat

Zutaten:

- 1500 g Wasser
- 1 ¾ TL Salz
- 40 g Mandeln, gehobelt
- 15 g Olivenöl
- 400 g Dinkel-Spaghetti
- 1 Zwiebel, halbiert
- 1 Knoblauchzehe
- 4 getrocknete Tomaten, in Öl, abgetropft
- 200 g Babyspinat
- 60 g Mandelmus
- ¼ TL Pfeffer

Zubereitung:

1. Wasser und 1 TL Salz in den Mixtopf geben und 10 Min./100°C/Stufe 1 erhitzen. In dieser Zeit Mandelblättchen in einer Pfanne auf dem Herd ohne Zugabe von Fett rösten.
2. 5 g Öl und Dinkel-Spaghetti durch die Mixtopfdeckelöffnung zugeben und Zeit gemäß Packungsangabe/100°C/Linksdreh/Stufe 1 garen. Nudeln abgießen, dabei 1 Tasse Nudelwasser (ca. 150 g) auffangen und für die spätere Verwendung zur Seite stellen. Nudeln in eine Schüssel geben und warmhalten. Mixtopf kalt ausspülen und trocknen.
3. Zwiebel, Knoblauch und getrocknete Tomaten in den Mixtopf geben, 3 Sek./Stufe 6 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
4. 10 g Öl zugeben und 3 Min./120°C/ Linksdreh /Stufe 1 dünsten.
5. 100 g Nudelwasser, Spinat, Mandelmus, ¾ TL Salz und Pfeffer zugeben und 3 Min./Varoma/ Linksdreh /Stufe 1 garen.
6. Spinat-Mandel-Sauce abschmecken, zu den Spaghetti in die Schüssel geben, verrühren, auf 4 Teller verteilen, mit Mandelblättchen garnieren und servieren.

Gutes Gelingen!

Eure Helga

