

Pasta mit Kichererbsen, Champignons & Walnusstopping

Zutaten für 4 Portionen:

6 Zweige	Rosmarin, frisch
2	Speisezwiebeln
100 g	Babyspinat, frisch
200 g	Champignons
4 Zehen	Knoblauch
60 g	Pecorino oder Parmesan
200 g	Saure Sahne (Alternativen: Soja Kochcreme, Schlagsahne)
280g	Vollkornnudeln
1 Glas/Dose	Kichererbsen (Glas oder Dose: Abtropfgewicht ca. 240 g)
4 EL	Olivenöl
80 g	Walnusskerne
4-6 Stängel	frische Petersilie, gehackt
1 TL	Chiliflocken
	Paprikapulver
	Pfeffer aus der Mühle
	Salz

Zubereitung:

1. Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Anschließend zur Seite stellen.
2. In der Zwischenzeit Zwiebeln schälen und hacken. Knoblauch schälen und fein hacken.
3. Kichererbsen abspülen und abtropfen lassen.
4. Rosmarin abwaschen, trocken schütteln und Nadeln abzupfen. Die Nadeln klein hacken.
5. Champignons abreiben, den unteren Teil des Fußes abschneiden. Die Champignonköpfe vierteln oder in Streifen schneiden. Champignons zur Seite stellen.
6. Spinat waschen und abtropfen lassen.
7. Öl in einer Pfanne erhitzen, Rosmarin, Chiliflocken und Kichererbsen hinzufügen und goldbraun braten.
8. Zwiebeln und Knoblauch in die Pfanne geben, mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und ca. 2 Minuten anschwitzen. Die Champignons in die Pfanne geben. Ca. 5 Minuten dünsten.
9. Saure Sahne dazu geben und 2-3 Minuten nur leicht köcheln lassen. Bei Bedarf noch etwas Wasser dazugeben. Anschließend den Spinat unterheben.
10. Pasta nach Packungsanleitung kochen.
11. Frische Petersilie waschen, trockenschütteln und hacken.
12. Pecorino reiben. Die gekochte Pasta und zwei Drittel des Pecorinos hinzufügen und alles gut vermengen.
13. Pasta auf dem Teller mit Pecorino, den gerösteten Walnüssen und Petersilie bestreuen.
Guten Appetit! ☺

