

Vegetarisch tagliatelle met spinazie en champignons

Voor 2 personen

INGREDIËNTEN:

150 gram volkoren tagliatelle
300 gram spinazie
250 gram champignons
1 kleine prei
150 gram tempé of tofu
2 eetlepels hüttenkäse
1 teentje knoflook
peper
olijfolie of bakspray



BEREIDINGSWIJZE:

Was de spinazie.

Veeg de champignons schoon en snijd ze in vieren.

Snijd de tempé of tofu in blokjes.

Maak de prei schoon en snijd deze in dunne ringetjes.

Kook de tagliatelle volgens de verpakking.

Neem een antiaanbakpan en doe daar een paar druppels olijfolie in of gebruik de bakspray.

Fruit hierin zachtjes de prei.

Doe de tempé of tofu erbij en bak deze mee.

Pers het teentje knoflook uit boven de pan en voeg 2 handjes spinazie toe.

Als de spinazie iets slinkt, doe er dan weer wat spinazie bij.

Voeg de champignons toe en laat deze 2 minuten in de spinaziemengsel opwarmen.

Roer de hüttenkäse erdoor.

Verdeel de tagliatelle over de borden. Houd hierbij je PDS aan!!!

Schep het groentemengsel op de borden en breng het op smaak met wat gemalen peper.

Eet smakelijk!