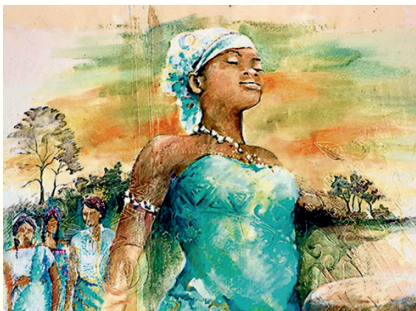


Eine-Welt-Verkauf
 bei Kaffee und Kuchen
 am 7. Feb. und 6. März
 von 14 bis 17 Uhr im
 Rathausfoyer Ludwigsstadt

Eine-Welt-Team
 der Kirchengemeinde
Lauenstein Secundo



Spaghettinester mit Spinat und zweierlei Käse

Zutaten für 4 Personen:

360 g	GEPA Spaghetti mit Quinoa	3 L	milde Gemüsebrühe
4 EL	Oliveneröl	400 g	Spinat TK, oder 600g frisch
150 g	Cherrytomaten	2 St.	Zwiebeln
40 g	Butter, plus Butter für die Form	2-3 St.	Knoblauchzehen
200 g	Quark, Magerstufe	100 g	Gouda, pikant
3 St.	Eier	100 g	Schafskäse
50 g	GEPA Cashewkerne	4 EL	GEPA Pesto Basilikum
	Salz, Pfeffer, Muskat, 4 Stiele frischer Oregano, alternativ getrockneten Spritzer Zitronensaft		

Zubereitung:

- * Cashewkerne grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett goldgelb rösten. Nudeln in Gemüsebrühe kochen, abgießen, ein Teil der Kochflüssigkeit auffangen, Nudeln abschrecken.
- * Zwiebeln schälen und würfeln, Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Beides in Butter andünsten, den Spinat zufügen. Gelegentlich umrühren. Wenn der Spinat aufgetaut und heiß ist mit Salz Pfeffer, Muskat und Zitronensaft würzen. Cashewkerne unterheben.
- * Gouda reiben. Quark mit etwas abgekühlter Gemüsebrühe und Oliveneröl glattrühren, Eier unterrühren, mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen. Aus den Nudeln vier Nester formen und in eine gefettete Auflaufform setzen. Den Spinat in der Mitte der Nester verteilen, geviertelte Tomaten darauf verteilen. Die Quark-Ei-Mischung über den Nudeln verteilen, den Spinat mit zerbröseltem Schafskäse bestreuen.
- * Im Ofen bei 150°C ca. 30 min backen.
- * Das Pesto dazu servieren. Dazu passt gemischter Salat.

Quelle: <http://www.gepa-wug.de>