



1A+1B

Meat

## Fusilli mit Schinken und Champignon-Sahnesoße



Zubereitungszeit  
20 minuten



Portionen  
Voor 1 persoon

### Zubereitungsart

- 1 Die Fusilli gemäß der Anleitung auf der Verpackung in reichlich Wasser kochen. Champignons, Spinat und Knoblauch bei mittlerer Hitze im Öl braten und die Hitze reduzieren. Schinkenstreifen und Frischkäse hinzufügen und das Ganze gut aufwärmen.

### Zutaten

- ☐ 1 Beutel PS. food & lifestyle Fusilli
- ☐ 40-50 g Schinkenstreifen
- ☐ 200 g Spinat
- ☐ 125 g Champignons in Vierteln
- ☐ 1 EL Frischkäse light Schnittlauch
- ☐ 1 EL Olivenöl
- ☐ ½ Knoblauchzehe, gepresst

### Nährwerte pro Person

|               |          |
|---------------|----------|
| Energie       | 349 kcal |
| Kohlenhydrate | 4 g      |
| Fett          | 16 g     |
| Eiweiß        | 35 g     |