

# SPAGHETTI-MUFFINS MIT RUCOLA PESTO

## SPAGHETTI-MUFFINS MIT RUCOLA PESTO

Ich habe mal wieder Verpflegung für die Gartenarbeit gebraucht und die Entscheidung ist auf diese Spaghetti-Muffins mit Rucola Pesto gefallen. Ich hatte das Glück, dass das Pesto schon fertig war - ich hatte noch einen Rest (die 1/2 Menge) eingefroren. Spaghetti-Muffins haben den Vorteil, dass sie wie diese, diese und diese Spaghetti-Nester warm und kalt schmecken. Damit eignen sie sich auch gut für ein Picknick oder als Reiseproviant.



### Zutaten für 10-12 Spaghetti-Muffins:

Sonnenblumenöl um das Muffinblech einzufetten

3 Eier

200g Spaghetti

### Für das Pesto:

50g Parmesan

50g Mandeln (ganz oder gemahlen - was gerade da ist)

60g Rucola

1 kleine rote Chili

1 Knoblauchzehe

1/4 rote Zwiebel

2-3 Sardellenfilets

1 EL Tomatenmark + 1 Tassen Wasser oder 200g Tomaten

Pfeffer & Salz

etwas Zitronensaft

2 EL Olivenöl

1/2 Kelle Nudelwasser

### Zubereitung:

Ich bereite das Pesto wie hier beschrieben zu. In dieser Zeit koche ich die Nudeln in Salzwasser bis sie gar sind. Dann rühre ich 3 große Eier unter das Pesto.

Das Muffinblech habe ich mit reichlich Sonnenblumenöl eingefettet. Die Spaghetti-Muffins haben teilweise leider trotzdem in den Vertiefungen geklebt. Hat da jemand noch eine gute Idee? Ich würde sonst wohl beim nächsten Mal Papierförmchen einlegen.

Den Ofen auf 200°C vorheizen.

Die Nudeln abgießen, eiskalt abschrecken und mit dem Pesto vermischen. Ich drehe die Spaghetti jetzt mit Gabel und Löffel auf und setze sie in das Muffinblech.



Am Ende verteile ich das restliche Pesto das noch im Topf ist auf alle Muffins und gebe über jeden Spaghetti-Muffin noch eine Prise Salz und Pfeffer.



So wandert das Blech für 12-15 Minuten in den Backofen. Wenn die Nudel-Nester ausgebacken sind hole ich das Blech aus dem Ofen, lasse es abkühlen und löse die Muffins so vorsichtig wie möglich aus den Förmchen.

Greift zu!