



Tortelloni mit krossem Schinken und Rucola

Zeit gesamt
30minZubereitungszeit
30minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Salz	
Cherrytomaten	250 g
Rucola	125 g
Zitronen	1 St.
Tortelloni, vollkorn	750 g
Öl	1 EL
Speckstreifen	100 g
Crème fraîche	200 g
Pfeffer, schwarz gemahlen	

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlerer Topf, große Pfanne

1. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser zum Kochen bringen. Inzwischen Cherrytomaten waschen und vierteln. Rucola waschen und trocken schleudern. Zitrone heiß waschen und etwa 1 TL Schale fein abreiben.
2. Tortelloni ins siedende Salzwasser geben und ca. 3 Min. weich garen. Anschließend in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
3. Währenddessen in einer Pfanne Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Speckstreifen ca. 3–4 Min. kross anbraten. Abgetropfte Tortelloni zugeben und ca. 2 Min. mit anbraten.
4. In einer Schüssel Crème fraîche mit Zitronenabrieb verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rucola und Cherrytomaten unter die Tortelloni geben und ca. 1 Min. in der heißen Pfanne schwenken. Tortelloni mit Schinken und Rucola auf Teller verteilen und mit Zitronencreme garniert servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Vegetarier lassen den Speck in Schritt 3 einfach weg und rösten Pinienkerne 2–3 Min. fettfrei in einer Pfanne an.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	646 kcal
Kohlenhydrate	79 g
Eiweiß	25 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	25 g