

Blattspinat



Zutaten für vier Personen:

400-600 g Blattspinat

2 EL Butter

1 Knoblauchzehe

Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Spinat verlesen, Wurzeln und harte Stängel entfernen, mehrmals waschen. Grob hacken.

2. Butter in großem beschichteten Topf zerlassen. Knoblauchzehe fein hacken und Farbe annehmen lassen.

3. Nassen Spinat zugeben, salzen, pfeffern, rühren.

4. Der Spinat ist fertig, wenn er "zusammengefallen" ist.

5. Auf vorgewärmten Tellern servieren.

Hinweise:

Bei sehr jungem Spinat braucht man die Stiele nicht entfernen.

Eine klassische Kombination: Spinat mit Spiegelei und Pellkartoffeln.

Edle Beilage zu Fisch in Kombination mit Safranreis.

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 15 min, Beilagen, Gemüse, Spinat, international

Rezept: Maya, Foto: Walter
Stand 07.01.2024