

Rezept

Spinatsalat

Ein Rezept von Spinatsalat, am 19.04.2024

Zutaten

50 g Rosinen	3 EL weißer Aceto balsamico
4 EL Pinienkerne	1 kg junger Blattspinat
4 Knoblauchzehen	4 EL kaltgepresstes Rapsöl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 165 kcal

Zubereitung

1. Rosinen ca. 1 Std. im Essig einweichen. Die Pinienkerne hellbraun rösten.

2. Spinat waschen, putzen und tropfnass in einen weiten Topf geben, unter gelegentlichem Rühren erhitzen, bis er zusammenfällt. Abtropfen lassen.

3. Den Knoblauch schälen, in dicke Scheiben schneiden. Öl erhitzen, Knoblauch darin anbraten, herausnehmen und beiseite stellen.

4. Rosinen abtropfen lassen, mit Spinat in die Pfanne geben und ca. 7 Min. dünsten, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Knoblauch und Pinienkernen bestreut servieren.