

Rezept

Asiatischer Spinat mit Käse

Ein Rezept von Asiatischer Spinat mit Käse, am 09.06.2026

Zutaten

2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
10 g frischer Ingwer	1 TL Butterschmalz (oder Öl)
1 EL Currypulver	400 g TK-Blattspinat
1 EL Schmand	Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	150 g milder Feta

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 291 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebeln, den Knoblauch und den Ingwer schälen. Die Zwiebeln in feine Streifen schneiden, den Knoblauch und den frischen Ingwer klein hacken.

2. Das Butterschmalz in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer einrühren und leicht anbraten. Mit dem Currypulver bestäuben und dieses anschwitzen.

3. Den Blattspinat in den Topf geben und unter häufigem Rühren erst bei schwacher Hitze auftauen lassen, dann bei stärkerer Hitze aufkochen lassen.

4. Den Schmand unter den Spinat rühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zuletzt den Feta in mundgerechte Würfel schneiden. Nur kurz unterrühren, damit er nicht gleich schmilzt und sofort servieren.