

Rezept

Gebratener Spinat

Ein Rezept von Gebratener Spinat, am 01.10.2023

Zutaten

30 g Rosinen	500 g frischer Spinat
1-2 Knoblauchzehen	1 EL Olivenöl
30 g Butter	4 gesalzene Anchovisfilets
30 g Pinienkerne	Salz
Pfeffer, frisch gemahlen	1 Prise Muskatnuss, frisch gerieben

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 180 kcal

Zubereitung

1. Rosinen in warmem Wasser einweichen. Den Spinat verlesen, Stiele entfernen. Die Blätter gründlich waschen und tropfnass in einem großen Topf bei mittlerer Hitze zusammenfallen lassen. Der Spinat soll aber nicht ganz weich werden.

2. Rosinen abtropfen lassen. Knoblauch schälen. Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen, die Anchovisfilets hineingeben und zerdrücken, den Knoblauch dazupressen. Rosinen und Pinienkerne hinzufügen und umrühren.

3. Den Spinat in die Pfanne geben, salzen, pfeffern, mit Muskat würzen und alles gut vermischen. Sofort servieren.