

Rezept

# Spinat-Taler

Ein Rezept von Spinat-Taler, am 26.04.2024

## Zutaten

<b>200 g</b> tiefgekühlter Blattspinat	Jodsalz
<b>350 g</b> mehligkochende Kartoffeln	<b>2 EL</b> Ei-Ersatzpulver
<b>1</b> Knoblauchzehe	Pfeffer
Muskatnuss	Kartoffelstärke (bei Bedarf)
<b>3 EL</b> Rapsöl	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 290 kcal

## Zubereitung

1. Den Spinat kurz in wenig kochendem Salzwasser auftauen lassen. In ein Sieb gießen und abtropfen lassen. Die Blätter grob hacken. Die Kartoffeln waschen, schälen und grob reiben. Mit dem Spinat und Ei-Ersatzpulver verrühren.
2. Den Knoblauch schälen und zur Spinat-Kartoffel-Mischung pressen. Den Mix mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und zu einem Teig verkneten. Ist der Teig sehr weich, etwas Kartoffelstärke unterkneten.
3. Aus dem Teig 6 flache Taler formen. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Taler darin von beiden Seiten goldbraun braten.