

Rezept

# Spinatsalat mit Fetakäse

Ein Rezept von Spinatsalat mit Fetakäse, am 28.04.2024

## Zutaten

- |                                |  |
|--------------------------------|--|
| <b>400 g</b> TK-Blattspinat    | <b>1 EL</b> Zitronensaft   |
| <b>1 EL</b> Sesampaste (Tahin) | Salz   |
| Pfeffer                        | <b>4 EL</b> Rapsöl   |
| <b>1</b> kleine rote Zwiebel   | <b>3 EL</b> geröstete, gesalzene Erdnüsse (auch fein:<br>geröstete Walnüsse oder Sesamsamen) |
| <b>125 g</b> Schafskäse (Feta) | <b>3 EL</b> Granatapfelkerne (nach Belieben)   |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 265 kcal

## Zubereitung

1. Die Zutaten abwiegen und bereitstellen, Spinat in einem Sieb auftauen lassen.

---

2. Dann den Spinat kräftig ausdrücken und dabei zu einer Kugel formen, mit einem langen, scharfen Messer in 1 cm dicke Scheiben schneiden, in eine Schüssel geben und wieder etwas auflockern.

---

3. Zitronensaft mit Sesampaste und 1 EL Wasser verrühren, mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Das Rapsöl unterrühren, abschmecken.

---

4. Zwiebel schälen, vierteln und in dünne Scheiben schneiden. Zum Spinat geben, die Salatsauce darübergießen und alles vermischen, kurz marinieren lassen.

---

5. Inzwischen die Erdnüsse grob hacken, Fetakäse grob zerbröseln.

---

6. Spinatsalat auf Teller verteilen. Nüsse, Käse und eventuell die Granatapfelkerne darüberstreuen und den Salat servieren.