

Rezept

Spinatsalat mit Leber

Ein Rezept von Spinatsalat mit Leber, am 14.04.2026

Zutaten

1 EL Pinienkerne	30 g getrocknete Tomaten (in Öl)
1 Knoblauchzehe	1 EL Balsamico-Essig
Salz	Pfeffer
1 TL Zucker	2 EL Öl
100 g Hähnchenleber	½ TL getrocknete ital. Kräuter
75 g junger Blattspinat (oder 1 Bund Rucola)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Person | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 475 kcal

Zubereitung

1. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. (Achtung, dass sie nicht verbrennen!) Tomaten in Streifen schneiden. Knoblauch schälen und dünn schneiden. Essig mit Salz, Pfeffer und Zucker verrühren. 1 EL Öl unterrühren.
2. Leber putzen, eventuell kleiner schneiden. 1 EL Öl in der Pfanne erhitzen. Leber darin rundum 4-5 Min. braten. Knoblauch kurz mitbraten. Leber mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen. Spinat putzen und waschen. Alle Zutaten auf dem Spinat anrichten und mit Vinaigrette beträufeln. Dazu schmecken Grissini.