

Gedünsteter Blattspinat mit Pinienkernen

Epinards étuvés aux pignons

Anzahl: **10.00 Pers**
Rezeptgruppe: **Gemüse- u. Pilzgerichte**
Saison: **Frühling-Herbst**

Zutaten

1200 g	Blattspinat, frisch, gerüstet
25 g	Butter
40 g	Schalotten, geschält
10 g	Knoblauch, geschält
10 g	Salz
	Pfeffer, weiß, aus der Mühle
	Muskatnuss, gerieben
20 g	Baumnussöl
30 g	Pinienkerne

Vorbereitung

- Blattspinat gründlich waschen, im Salzwasser blanchieren, im Eiswasser abkühlen und abschütten.
- Blanchierten Spinat auspressen.
- Schalotten fein hacken.
- Knoblauch durch die Knoblauchpresse drücken.
- Pinienkerne im Baumnussöl goldgelb rösten.

Zubereitung

- Schalotten und Knoblauch in Butter dünsten.
- Blattspinat begeben und mitdünsten.
- Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.
- Blattspinat anrichten und mit den gerösteten Pinienkernen bestreuen.