

Frischer Frühlingsspinat

Frischer Frühlingsspinat

Zutaten für 4 Personen

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zubereitungszeit: 20 Min.

Menu: [16.04.2014](#)

Creation [Kurt Schildknecht](#)

Zutaten:

- 600g Frischer Blattspinat
- 20g Butter
- 16g Schalotten
- 4g Knoblauch
- 4g Salz
- Pfeffer, weiss, aus der Mühle
- Muskatnuss, gerieben

Vorbereitung:

Blattspinat gründlich waschen und trocken schleudern (Salatschleuder), Schalotten fein hacken.
Knoblauch durch die Knoblauchpresse drücken

Zubereitung:

Schalotten und Knoblauch in Butter dünsten.
Blattspinat begeben und mitdünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.