



Gutes für alle.

Spinatknödel mit Salbeibutter für unter 2 Euro pro Person

Zubereitung:

1. Das Brot in kleine Würfel schneiden, mit der lauwarmen Milch übergießen und ca. 30 Minuten quellen lassen. Den Spinat in etwas kochendes Wasser geben und kurz zusammenfallen lassen. Zum Abkühlen in ein Sieb geben.
2. Die Zwiebel und den Knoblauch fein würfeln und in 1 EL Butter andünsten. Anschließend abkühlen lassen.
3. Den Spinat gut ausdrücken, grob hacken und mit der Zwiebelmischung, den Eiern und den eingeweichten Brotwürfeln verkneten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Sollte die Masse zu klebrig sein, noch etwas Mehl unterkneten. Aus der Masse 8 Knödel formen und diese in kochendem Salzwasser 10–12 Minuten garen.
4. In der Zwischenzeit die Walnüsse grob hacken. 4 EL Butter in der Pfanne erhitzen, die Salbeiblätter abzupfen und in der Butter leicht anbraten. Die Salbeiblätter herausnehmen und die Walnüsse in der Butter schwenken.
5. Die Spinatknödel mit der Schaumkelle aus dem Wasser nehmen, anrichten und mit der heißen Walnussbutter begießen. Mit den knusprigen Salbeiblättern garnieren.

Zutatenliste:

200 g GOLDÄHREN Weizen-Sandwichtoast
200 ml MILSANI Haltbare Vollmilch 3,5% Fett
250 g ALL SEASONS Blattspinat, tiefgekühlt
1 Knoblauchzehe
5 EL MILSANI Deutsche Markenbutter
2 GUT BIO Eier
5 EL GOLDÄHREN Dinkelmehl Type 1050
LE GUSTO Jodsalz mit Fluorid
LE GUSTO Pfeffer
1 Prise LE GUSTO Muskatnuss, gemahlen oder TRADER
JOE'SWalnusskerne
100 g FARMER NATURALS Walnusskerne
4 Stängel Salbei

Portionen: 4

Zubereitungszeit: ca. 60 Minuten

Schwierigkeitsgrad: Mittel

