



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

---

## Spinat mit Walnüssen

Cevizli Ispanak



2 Bunt Spinat  
2 mittel grosse Zwiebel  
1 Glas Walnüsse  
2 Eier  
2 Gläser geriebener Schnittkäse  
1 KL Pfeffer  
1 KL geschrotete Chili  
1 KL Salz  
1 Glas Öl

# Vorbereitend den Spinat waschen und nicht zu grob zuschneiden. Die Zwiebel klein hacken. Das Schnittkäse mit der groben Seite des Hobels reiben. Walnüsse grob hacken.  
# Bei mittlerer Stufe in einem Topf erhitzen und die Zwiebel glasig dünsten.  
# Danach den Herd hoch schalten, Spinat einfüllen und dünsten bis der Spinat gechrupft ist.  
# Salz, geschrotete Chili und Pfeffer hinzugeben und danach die Walnüsse hinzugeben und umrühren.  
# Zu dieser Mischung die Eier einschlagen und einige Male umrühren und vom Herd nehmen. Den geriebenen Käse gleich untermischen und den Deckel schliessen.  
# Nach etwa 5 Minuten heiss servieren.

**Tipp:** Wenn der Spinat bei niedriger Hitze gegart wird, dann gibt er seine Flüssigkeit ab und deshalb wird bei dieser Rezeptur empfohlen den Spinat bei hoher Stufe zu garen.