



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.