



# Unser Rezept

## DER WOCHE

---

### Spaghetti mit SPINAT

---

#### ZUTATEN (für 4 Personen):

600g Blattspinat  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
40g Parmesan  
400g Spaghetti  
2 EL Olivenöl  
150g Frischkäse  
2 Prisen Muskatnuss  
Salz  
frisch gemahlener Pfeffer

#### ZUBEREITUNG:

1. Frischen Spinat waschen, putzen und in dünne Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln, Knoblauch abziehen und fein hacken. Parmesan fein reiben. Spaghetti nach Packungsanweisung kochen.
2. Olivenöl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin etwa 2-3 Minuten glasig dünsten. Spinat dazu geben und kurz mitdünsten. Wenn er zusammengefallen ist, Frischkäse einrühren. Spinatsauce mit Pfeffer, Muskatnuss und etwas Jodsalz abschmecken.
3. Spaghetti abgießen und mit in die Pfanne geben, gut vermengen und nochmals 5 Minuten erhitzen. Spinat-Spaghetti auf 4 Teller verteilen und mit geriebenem Parmesan bestreut servieren.

Wir wünschen einen guten Appetit

---

GEMÜSE  GÄRTNEREI

---

Florian und Claudia Prietz GbR - Nußbaumstraße 9 - 83533 Edling

