REZEPT DER WOCHE

KW 16 14.04. – 20.04.2025

Bärlauch-Spinat mit Kartoffeln und Ei

(Für 4 Personen)

Das brauchen Sie:

1 Bund	Bärlauch	(Art.Nr. 459)
500 g	Spinat	(Art.Nr. 722)
2 EL	Olivenöl	(Art.Nr. 8283)
1	Zwiebeln	(Art.Nr. 400)
150 g	Sauerrahm	(Art.Nr. 2272)
150 ml	Milch	(Art.Nr. 2001)
1 TL	Speisestärke	(Art.Nr. 19140)
40 g	Parmesan	(Art.Nr. 2011)
400 g	Kleine Ofenkartoffeln	(Art.Nr. 507)
2 TL	Kartoffelgewürz	(Art.Nr. 8752)
4	Eier	(Art.Nr. 1989)
3 EL	Apfelessig	(Art.Nr. 8096)
	Salz und Pfeffer	

Und so geht‘s:

Spinat und Bärlauch waschen, klein schneiden. Zwiebel schälen, fein hacken. Olivenöl, Zwiebel und 1 TL Stärke in einem Topf kurz anbraten. Milch, Sauerrahm und Parmesan zugeben, aufkochen. Spinat und Bärlauch unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kartoffeln halbieren, mit Olivenöl und Gewürz bestreuen, auf ein Backblech geben und bei 180 °C ca. 25–30 Min. backen.

Wasser mit 3 EL Apfelessig aufkochen, Strudel erzeugen, Eier nacheinander vorsichtig hineingleiten lassen. 4–5 Min. pochieren, dann abtropfen lassen.

Spinatmischung mit Kartoffeln anrichten, Ei darauflegen, mit Pfeffer bestreuen und servieren.

Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen!

DECKERS BIO HOF

Ottenhofener Straße 27
77815 Bühl-Weitenung

Telefon 07223 8062230
E-Mail info@deckersbiohof.de