



Spinatspätzle

Rezepte von BEPA Bio



Zutatenliste (4 Personen):

400 g Spätzle, 700 g Spinat, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 4-5 EL Crème fraîche, 200 g Camembert, 40 g Sonnenblumenkerne oder Pinienkerne, 4-5 EL gekörnte Brühe, Muskat, Pfeffer, Salz

Zubereitung:

1. Die Spätzle abkochen und kalt abschrecken
2. Die Zwiebeln und den Knoblauch fein hacken und in Öl andünsten. Den Spinat, gewaschen und grob gehackt, dazugeben, blanchieren und mit den Gewürzen abschmecken.
3. Die Crème fraîche, die Sonnenblumenkerne, den Camembert und die Spätzle unterheben.
4. Danach alles in eine Auflaufform füllen und zugedeckt bei 170-180°C im Backofen garen.

Tipp: Mit einem frischen Salat köstlich!

Viele weitere tolle Rezeptideen finden Sie auf

www.bepabio.ch
Guten Appetit

