

Spinat-Pilz-Gemüse

Für 4 Personen

400 g junger Blattspinat	2 Knoblauchzehen	1 Schalotte
300 g Kräuterseitlinge	3 El Öl	Salz
1 El Butter	1-1 El Sojasoße	Pfeffer

Spinat verlesen, waschen und trockenschleudern. Knoblauch in dünne Scheiben, Schalotte in Ringe schneiden. Pilze putzen und in Stücke schneiden. Öl in einem weiten Topf erhitzen, Knoblauch und Schalotten darin andünsten. Pilze nach und nach zugeben und mitbraten. Leicht salzen. Butter zugeben und bei mittlerer Hitze schmelzen. Spinat zugeben und ca. 2 bis 3 Minuten zugedeckt dünsten, bis er zusammengefallen ist. Mit Sojasoße und Pfeffer würzen und sofort servieren.

Tim Mälzer am 20. 02. 2010