

# Spinatwähe

*Popeye wäre hellauf begeistert!*



## 1. Schritt



Spinat zugedeckt in einer Pfanne warm werden lassen, von der Platte nehmen. **Halbrahm**, **Eier** und **Käse** daruntermischen, würzen.

## 2. Schritt



Teig entrollen, mit dem Backpapier auf ein Blech (ca. 30 cm Ø) ziehen. Teigrand wellenförmig formen, Boden mit einer Gabel dicht einstechen.

## 3. Schritt



Spinatmasse darauf verteilen.

**Backen:** ca. 35 Min. auf der untersten Rille des auf 220 Grad vorgeheizten Ofens.



Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.

Backen: ca. 35 Min.

- 800 g tiefgekühlter gehackter, gewürzter Spinat
- 1 dl Halbrahm
- 3 Eier
- 60 g geriebener Bergkäse
- ½ TL Salz
- wenig Pfeffer
- 1 ausgewallter Blätter- oder Kuchenteig (ca. 32 cm Ø)

Portion: 509 kcal, F 33 g, Kh 34 g, E18 g

**VEGI**

## REZEPTE DIGITAL SAMMELN



So funktioniert's: Shortcut-Reader-App auf iPhone/Android/Windows-Smartphone laden, beliebige Seite fotografieren. Schon haben Sie die Rezepte in digitaler Form und somit auch die Einkaufsliste immer dabei.

