

Spinatwähe von schiggy

Mengen für 2 Personen

25-30' bei 220°C in der unteren Ofenhälfte backen

Tags: benötigt Backofen

Gewürze: Salz, Paprika, Pfeffer, Muskatnuss

140 g Kuchenteig	eckig
50 g Speckwürfeli	eventuell
* 1.8 g Knoblauchzehen	
30 g Zwiebel	glasig braten
300 g Spinat	Rahmspinat auf grosser Stufe erwärmen bis es zischt, danach auf kleiner Stufe 10-15' dämpfen
10 g Mehl	beifügen, mischen
5 cl Milch	
5 cl Halbrahm	zugeben
0.4 Stück Eier	

* angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g