AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	20 Min.	ganzjährig	Schweiz

SPINATWÄHE MIT PINIENKERNEN



Rezept und Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Salzige und süsse Wähen sind Höhepunkte der Schweizer Alltagsküche, in Deutschland Blechkuchen geheissen.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

300 g	Blätterteig, rund	30 g	Pinienkerne, geröstet
500 g	Blattspinat	3	Ei
100 g	Zwiebeln, fein gehackt	2 dl	Milch
2 Zehe	Knoblauch, fein gehackt	50 g	Parmesan
2 EL	Paniermehl		Salz

ZUBEREITUNG

1. Gehackte Zwiebel und Knoblauch in einer grösseren Pfanne glasig dünsten. Gewaschener Spinat zugeben und mitkochen bis er zusammenfällt. Mit Salz abschmecken. Etwas abkühlen lassen.
2. Ei in der Milch zum Guss verrühren. Leicht salzen. Käse drunterziehen.
3. Ofen auf 220° C vorheizen. Teig auswallen. Boden mit einer Gabel einstechen. Paniermehl auf dem Teig verteilen.
4. Spinatmasse auf dem Teig verteilen. Guss drüber geben und Pinienkerne darauf verteilen. Wähe gut 30 Min. backen.