

## Blattspinat mit Walnüssen

### Zutaten

400 g Blattspinat  
40 g Butter  
1 Knoblauchzehe  
50 g Walnüsse

Weiteres:

Salz  
Pfeffer  
Muskatnuss



### Arbeitsbeschreibung

#### Variante 1:

Blattspinat waschen und von den dicken Stängeln befreien. 40 g Butter zergehen lassen, Knoblauch und Walnüsse darin anschwitzen, den rohen Blattspinat dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Dünsten bis der Blattspinat zusammengefallen und bissfest ist.

#### Variante 2:

Blattspinat waschen und von den dicken Stängeln befreien. 2 Liter Wasser aufkochen, salzen und den Spinat darin blanchieren. In Eiswasser abkühlen. Abtropfen lassen. 40 g Butter zergehen lassen, Knoblauch und Walnüsse darin anschwitzen, den blanchierten Blattspinat dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und schwenkend erwärmen.