

Spinat mit Knoblauch und Parmesan



- | | |
|--------------------------|---|
| 500 g Spinat | waschen, putzen und in |
| Salzwasser | 2 Min. blanchieren. Sofort danach in |
| Eiswasser | abschrecken. |
| | Spinat mit der Hand ausdrücken und in eine flache Schüssel legen. |
| 1 Zitrone, d. Saft davon | Alles mit
beträufeln. |
| 2 Knoblauchzehe | darüber pressen und mit |
| 4 El. Olivenöl | beträufeln. Alles mit |
| Salz & Pfeffer, | |
| Muskatnuss | würzen. |
| 100 g Parmesan | darüber reiben. |