



Brennnesselspinat

ZUTATEN

400 G BRENNNESSELSPITZE
1 GROSSE ZWIEBEL
ETWAS BUTTER
3 ZEHEN KNOBLAUCH
ODER EIN PAAR BLÄTTER FRISCHEN BÄRLAUCH
BUTTER
125 ML MILCH
125 ML SCHLAGOBERS
SALZ, PFEFFER AUS DER PFEFFERMÜHLE
MUSKATNUSS, GERIEBEN



ZUBEREITUNG

Brennnesselspitzen sammeln – am besten an einem unberührten Ort
.Brennnesselspitzen gut waschen und mit einem Messer grob hacken.
Zwiebel schälen – fein würfelig schneiden – flachen Kochtopf erwärmen.
Butter schmelzen – Zwiebel anschwitzen – gehackte Brennnesselspitzen und ein wenig Wasser in den Kochtopf geben. Mit einem Kochtopfdeckel abdecken und 10 Min. bei mittlerer Hitze dünsten lassen.
Anschließend mit dem Mixstab oder mit einem Mixaufsatz für die Küchenmaschine fein pürieren.
In den Kochtopf 50 g Butter hineingeben – schmelzen lassen, 2 EL Mehl einrühren, mit Schlagobers und Milch aufgießen, verrühren und die feingemixten Brennnesseln dazugeben. Aufkochen lassen und die Herdplatte zurückschalten.
Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss gut abschmecken.

Mit einem Kartoffelgrörtl und einem Spiegelei ist der Brennesselspinat ein traditionelles Gericht für den Gründonnerstag.

