



Izmir-Spinatpfanne mit Sardinen

einige Sardinen, ausgenommen

500 g Spinat

1 Zwiebel

40 g Butter

1 EL getrocknete CasaLuna-Maulbeeren

½ TL Koriander

frisch gemahlen 1 Stück Ingwer geschält und sehr fein geschnitten

2 Zehe/n Knoblauch, geschält und durchgepresst

¼ TL CasaLuna-RosaPfeffer

etwas Gemüsebrühe

200 ml Sahne

2 Ei(er) Zitronensaft

CasaLuna-Kräutersalz

1 EL Mehl

Zubereitung

Sardinen entschuppen und waschen. Mit Salz und Zitronensaft innen und außen einreiben. Knoblauch mit etwas Sahne mischen und in die Sardinen geben. Etwas ruhen lassen. In der Zwischenzeit den Spinat putzen, dabei die Stiele entfernen. Waschen und trocken schleudern. Dann grob zerteilen. Die Zwiebel in 20 Gramm Butter glasig dünsten. Dann die Gewürze zugeben und kurz mit braten. Den Spinat und die Maulbeeren dazugeben und einige Minuten mit geschlossenem Deckel dünsten lassen, bis der Spinat etwas zusammen fällt. Abkühlen lassen. Die Sahne mit den Eiern mischen und über den Spinat geben. Im Backofen ca. 15 Min. bei 180 C Celsius (Umluft) ohne Deckel garen. Die Sardinen mit Mehl bestäuben und in der restlichen Butter knusprig braten. Mit dem Spinat servieren. Dazu schmeckt Stangenweißbrot.