Kartoffelpfanne mit Spinat und Feta

Zeit gesamt 45min

Zubereitungszeit 45min

Schwierigkeit Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Salz	
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Blattspinat	500 g
Feta	100 g
Oliven, grün	100 g
Butter	3 EL
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Gemüsebrühe	150 ml

Zubereitung

Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, große Pfanne, Sieb

1. In einem Topf Kartoffeln mit Salzwasser bedeckt ca. 20 Min. zugedeckt garen. Zwiebel und Knoblauch schälen, halbieren und fein würfeln. Spinat waschen und abtropfen lassen. Feta mit den Händen grob zerbröseln. Oliven in Ringe schneiden.

2. Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen, pellen und in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. In einer Pfanne Butter auf hoher Stufe erhitzen und Kartoffeln darin ca. 5 Min. goldbraun braten. Zwiebeln und Knoblauch zugeben und nochmals ca. 2 Min. braten. Spinat und Oliven in die Pfanne geben, mit Brühe ablöschen.

3. Alles ca. 5 Min. köcheln, bis der Spinat zusammengefallen ist. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Auf Tellern verteilen und mit Feta bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	407 kcal
Kohlenhydrate	47 g
Eiweiß	13 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	18 g