



# Spinatbällchen mit Butter und Parmesan

Zeit gesamt  
🕒 1h 20min

Zubereitungszeit  
🕒 10min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

|                      |       |
|----------------------|-------|
| Parmesan             | 50 g  |
| Brötchen             | 175 g |
| Schalotten           | 1 St. |
| Knoblauchzehen       | 1 St. |
| Olivenöl             | 1 EL  |
| Blattspinat          | 250 g |
| Milch                | 75 ml |
| Eier                 | 2 St. |
| Salz                 |       |
| Pfeffer, schwarz     |       |
| Muskatnuss, gemahlen |       |
| Weizenmehl, Type 405 | 20 g  |
| Butter               | 100 g |

## Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Sieb, Monsieur Cuisine

1. Parmesan grob würfeln und im Mixbehälter 10 Sek./Stufe 8 zerkleinern. In einer Schüssel beiseitestellen.
2. Brötchen würfeln und im Mixbehälter mit eingesetztem Messbecher 20 Sek./Stufe 10 zerkleinern. In einer Schüssel beiseitestellen.
3. Schalotte und Knoblauch ggf. halbieren und schälen. Im Mixbehälter Schalotte und Knoblauch mit eingesetztem Messbecher 6 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Mithilfe des Spatels an der Innenwand des Mixbehälters herunterschieben. Olivenöl dazugeben und bei Anbratstufe/2 Min. ohne Messbecher andünsten.
4. Spinat waschen und trocken schleudern. In den Mixbehälter Milch gießen, Spinat dazugeben und mit eingesetztem Messbecher 6 Min./Stufe 1/100 °C dünsten. Anschließend mit eingesetztem Messbecher 6 Sek./Stufe 8 zerkleinern. Spinat abkühlen lassen.
5. Eier und Gewürze zum Spinat geben und mit eingesetztem Messbecher 10 Sek./Stufe 4 unterrühren. Brötchenbrösel und Mehl dazugeben und mit Linkslauf/20 Sek./Stufe 3 mit eingesetztem Messbecher verrühren. Die Mischung in eine Schüssel geben und ca. 20 Min. ruhen lassen.
6. Mit feuchten Händen aus der Masse ca. 5 cm große Bällchen formen. Bällchen im Dampfgaraufsatz und flachen Dampfgareinsatz gleichmäßig verteilen.

7. Gesäuberten Mixbehälter mit 1 l warmem Wasser füllen, Dampfaufsätze aufsetzen, Deckel auflegen und die Bällchen Dampfgarstufe/20 Min. garen.

8. Im leeren Mixbehälter Butter mit eingesetztem Messbecher 3 Min./Stufe 1/100 °C schmelzen. Spinatbällchen anrichten, Butter darübergießen und mit Parmesan bestreut servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

|                |          |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 462 kcal |
| Kohlenhydrate  | 28 g     |
| Eiweiß         | 15 g     |
| Ballaststoffe  | 2 g      |
| Fette          | 32 g     |