

Brennnessel Spinat

- 1 Zwiebel kleinhacken und glasig dünsten
- 3 Handvoll Brennnesselblätter vom Stängel zupfen und dazu geben
- Wenig Wasser dazu und 5 min dämpfen

Von der Herdplatte nehmen und:

- Salz und Pfeffer dazu
- Saft einer halben Zitrone

Ich finde ihn super lecker, zarter als normaler Spinat. Du kannst auch wunderbar Spinat mit Brennnessel mischen und zubereiten.

