

## Rezept vom 19. Mai 2018

Diese Woche ist Martin Hofer und Doris Abt vom «Verein Brennpunkt Brennessel» Winterthur zu Gast im TOP POT. Sie zeigen uns wie man einen Wildkräuterspinat mit Bruschette zubereitet- am Samstag, 19. Mai ab 18:40 Uhr (stündlich wiederholt).

19.05.2018 / 09:00 / von: jci

[Seite drucken](#)

[Kommentare](#)



[Hier geht's zur Website vom Verein Brennpunkt Brennessel.](#)

## Wildkräuterspinat mit Bruschette

Zutaten für 4 Personen

### Wildkräuterspinat

4 grosse Hände voll	Brennesselblätter
2 Hände voll	Spinatblätter
2 grosse Hände voll	Giersch
1	Zwiebel
1	Knoblauch
	Olivenöl zum andünsten
	Meersalz und frisch geriebene Muskatnuss
	etwas Rahm wenn gewünscht
	Fetakäsewürfel

### Zubereitung

Brennessel, Spinat und Giersch grob hacken.

Zwiebel und Knoblauch klein schneiden und in etwas Olivenöl glasig anschwitzen, das Grün dazugeben und unter mehrmaligem Umrühren zugedeckt in der Pfanne auf kleiner Stufe 10 bis 15 Minuten weich dünsten. Mit geriebener Muskatnuss und Salz abschmecken. Fetakäsewürfel und Rahm ganz am Schluss dazu geben. Kurz umrühren.

### Bruschetta

8 Scheiben	Baguette(Fein, knusprig)
	Mit Olivenöl in der Bratpfanne kurz anbraten
4 reife	Tomaten
2 kleine	Knoblauchzehe
1	Zwiebel
	Salz, Pfeffer
	Basilikum, Oregano, Petersilie
	Olivenöl
	Aceto balsamico

### Zubereitung

Baguette in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Nur aromatische, sonnengereifte Bio-Tomaten verwenden! Übergiessen der Tomaten kurz mit kochendem Wasser. Lösen der Schale der Tomaten und entfernen der wässrigen Kerne im Innern. Tomaten und Zwiebel in möglichst kleine Würfel schneiden und alles in einer Schüssel vermischen. Zwei Esslöffel Olivenöl und einen Schuss Aceto balsamico (nach Geschmack), salzen und pfeffern. Petersilie, Basilikum und Oregano hacken und ebenfalls in die Schüssel geben. Die Knoblauchzehe

[Hier das Rezept zum Ausdrucken.](#)

---