

Name des Rezepts:

Kartoffel mit Spinat und Spiegelei

Zeitaufwand

30 min

Transportierbarkeit

leicht

vegetarisch

J

Gluten

N

Laktose

N

Allergene

C

Zutatenliste:

- > 2-3 mittlere Kartoffeln pro Person
- > 1 Ei pro Person
- > 2 Packungen Cremspinat
- > Salz
- > Gewürze

Zubereitung:

- > kartoffeln kochen,schälen,in stuecke schneiden
- > cremspinat auftauen,würzen
- > ei zu spiegelei verarbeiten
- > getrennt auf den teller,drübersalzen