

# Wir essen um zu leben - Rezepte

## Spinatnudeln

140 g Nudeln kochen	GNM-Paket
200 g Brennnesselblätter kurz aufkochen und kalt abschrecken, klein schneiden	Extra
1 Esslöffel Zwiebel hacken in	GNM-Paket
1 Teelöffel Margarine mit	GNM-Paket
2 Teelöffel Mehl rösten, mit etwa	GNM-Paket
50 ml Wasser und	
1 Esslöffel Kaffeemilch ablöschen, kurz kochen und mit	GNM-Paket
Salz,	GNM-Paket
Muskat, Knoblauch, Pfeffer würzen	Extra
Alles vermischen, mit	
1 Scheibe Käse belegen	GNM-Paket
Es kann statt Brennnessel auch anderes Wildgemüse ( Melde, Beinwell, Löwenzahn...) verwendet werden	

