

**Kochen****Sabine Schütze****Montag, den 31.01.2022****Crêpes mit Spinat-Feta-Füllung****Für 4 Personen****Zutaten****Für die Crêpes:**

250 g Mehl  
50 g Butter  
200ml Milch  
250 ml Wasser  
2 Eier  
etwas Salz

**Für die Füllung:**

1 EL Butterschmalz  
1 kg TK-Blattspinat, bio  
1 Zwiebel  
200 g Feta  
150 g Pinienkerne  
Salz, Muskat

**Zubereitung:**

1. Die Zutaten für den Crêpesteig zu dünnflüssigem Teig verquirlen.
2. Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne anrösten.
3. Zwiebel klein schneiden und mit Butterschmalz in einer tiefen Pfanne anschwitzen. Blattspinat zugeben und etwa 10 Minuten auftauen und garen. Mit Salz und Muskat abschmecken. Feta zerbröseln.
4. Crêpes ausbacken und mit Spinat, Feta sowie Pinienkernen belegen.

Gefüllten Crêpe zusammenrollen und genießen.