



vegane, glutenfreie Spinatwähe von André Marty

Mengen für 10 Personen

120 g Margarine

2.0 cl Wasser

1.0 Prise Salz

1.0 cl Olivenöl

100 g Lauch

500 g Spinat

2.0 dl Hafermilch

5.0 g Maizena

Mürbeteig: Mehl, Margarine und Wasser mischen, Teig kneten und auswallen, in gefettete Wähenform legen und Boden mit Gabel einstechen

Füllung: Lauch und Spinat mit Olivenöl und Salz/Pfeffer anbraten, anschliessend auf Wähenboden verteilen und mit gewürzter Hafermilch Maizena Mischung übergiessen