

## Spargelpfanne

Für 2 – 4 Personen

500 Gramm grüner Spargel  
300 Gramm Quinoa  
1 Dose ganze, geschälte Tomaten  
100 Gramm frischen Blattspinat  
100 Gramm Speck (optional)  
1 Knoblauchzehe  
Salz  
Pfeffer



Während die Quinoa als Beilage im Wasser köchelt, bis sie fertig gequollen ist, den Speck in der Pfanne knusprig braten, ihn danach auf einem Stück Küchenrolle beiseitelegen.

Den gewaschenen und in 1-2 cm lange Stücke geschnittenen Spargel in die Pfanne geben und ca. 5 Minuten scharf anbraten.

Den fein gehackten Knoblauch, Salz, Pfeffer sowie die Tomaten aus der Dose hinzugeben. Das ganze ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Die gewaschenen Spinatblätter in die Pfanne geben und zusammenfallen lassen.

Umrühren, gemeinsam mit der Quinoa und Speck anrichten.