Stekte småpoteter med aspargesbønner, rødløk og spinat



Ingredienser

♥ 400 g perlepoteter eller andre småpoteter
♥ 50 g smør
♥ 1,5 rødløk
♥ 200 g aspargesbønner
♥ 200 g spinat
♥ kvernet salt og pepper

Fremgangsmåte

Kok potetene møre i kokende vann (koketiden avhenger av størrelsen på potetene, så følg med).

Hell av vannet og la potetene tørke. Ha dem i en panne med smøret. La smøret smelte.

Rens rødløk og skjær i skiver. Skjær av tuppene på aspargesbønnene og kutt i litt mindre biter. Ha rødløk og aspargesbønnene i pannen med potetene og smøret og vend om. Tilsett spinatbladene, litt om gangen, og vend om.

La dette steke sammen i ca. 10 minutter. Spinatbladene vil etter hvert "klappe sammen". Potetene er ferdige når de har fått litt stekeskorpe, løken er myk og gyllen og aspargesbønnene er møre.

Smak til med kvernet salt og pepper.

Tips

♥ Jeg bruker her perlepoteter, som er den minste typen småpoteter. Du kan alternativt bruke morenepoteter eller andre varianter av små delikatessepoteter. Del dem eventuelt på midten før du har dem i pannen dersom du synes de er for store.

♥ Jeg liker å koke småpotetene møre før jeg steker dem, så jeg er helt sikker på at de ikke er noe rå inni ved servering. Du kan alternativt gni dem inn med olivenolje og ovnsbake dem ved 200°C i ca. 15 - 20 minutter (avhengig av størrelsen på potetene) før du har dem i pannen med de øvrige ingrediensene.

♥ Det går fint å bruke gul løk i stedet for rødløk.

♥ Jeg bruker helst friskt spinat, men det går også an å bruke frossen. Den friske spinaten kommer uansett til å klappe sammen av varmebehandlingen, så i det ferdige resultatet blir det ikke så stor forskjell på hva du bruker.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/stekte-smapoteter-med-aspargesbonner-rodlok-og-spinat