



het onderwijsnetwerk van Jongeren Milieu Actief

JMA@SCHOOL  
POSTBUS 19199  
1000 GD AMSTERDAM

T (020) 5507 436  
E SCHOOL@JMA.ORG  
W WWW.JMA.ORG

## **Snelle spinazie met feta**

voor 4 personen

### **Ingrediënten**

750 gram spinazie (fijn of a la crème)

300/400 gram kikkererwten

2 tomaten

deense kaas of fetakaas

kerriepoeder

rijst (100 gram per persoon)

Als de kikkererwten niet uit blik zijn moeten ze van tevoren geweekt worden.

### **Nodig**

Wok

Pan

### **Bereidingswijze**

De spinazie laten ontdooien in geval van vriesblokjes, anders opwarmen in een wok.

Ondertussen de rijst koken.

De tomaten in stukjes snijden en samen met de kikkererwten toevoegen als de spinazie ontdooid en/of opgewarmd is. Doorroeren en kaasblokjes toevoegen. Het geheel opwarmen en de kerrie toevoegen naar smaak.

Samen met de rijst serveren.