
Kalafior ze szpinakiem

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2176 razy.

1 kalafior (60 dag),

cukier i sól,

SOS:

20 dag szpinaku,

1/2 szklanki śmietany,

1/2 pęczka szczypiorku,

2 ząbki czosnku,

2 łyżki soku z cytryny,

cukier,

sól i pieprz,

Kalafior oczyścić , opłukać , ugotować na półmiękkko (8-10 minut) w lekko osolonej i ocukrzonej wodzie, osączyć , ostudzić i podzielić na cząstki.

Przygotować sos:

Szczypiorek umyć , posiekać . Czosnek obrać , zmiażdżyć .

Szpinak przebrać , opłukać , sparzyć , odcedzić , osączyć ,

zmiksować wraz z czosnkiem, połączyć ze śmietaną i szczypiorkiem. Doprawić sokiem z cytryny, cukrem, solą i pieprzem. Kalafior polać sosem.