

---

# Suflet ze szpinaku 2

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

Język: Polski

Odwiedzono: 1904 razy.

30 dag szpinaku,

4 łyżki masła,

5 łyżek mąki,

1 szklanka mleka,

3 jaja,

10 łyżek tartego żółtego sera,

sól, pieprz

gałka muszkatołowa,

1 białko,

1 łyżka tłuszczu do formy,

1 łyżka tartej bułki

Szpinak wyplukać , wrzucić do wrzącej wody (2 l), gotować 5 min. bez przykrycia, odcedzić , osączyć , posiekać . Masło rozpuścić w rondlu, dodać mąkę, dokładnie wymieszać podgrzewać przez 1-2 min. ciągle mieszając . Dodawać powoli mleko, nadal mieszając, zagotować i ostudzić . Jaja wybić ze skorupki, oddzielając żółtka od białek. Żółtka dodawać po jednym do sosu stale mieszając Dodać szpinak, ser, sól, pieprz i gałkę muszkatołową, wymieszać . 4 białka ubić z odrobina soli na sztywną pianę, wymieszać delikatnie z masa szpinakowa. Wlać masę do połowy wysokości wysmarowanej tłuszczem i wysypanej tartą bułką formy. Wstawić do piekarnika nagrzanego do 200 st. C i piec bez przykrycia ok. 30 min. Podawać natychmiast.

From Z.Wodecki <wodecki@kki.net.pl>