
Szpinak ze smietana

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2402 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 30 min.

800 g szpinaku,

2 łyżki masła,

1 łyżka maki,

250 ml smietany 18%,

1 cytryna,

sol, cukier.

1. Liscie szpinaku oczyszcic z korzonkow, dokładnie oplukac w kilku wodach i

wrzucic na 3-5 min do duzej ilosci wrzacej, osolonej wody.

2. Odcedzic, przelac zimna woda, osaczyc, posiekac.

3. Make zasmazyc z 1 łyżka masła, wlac smietane, zagotowac, wlozyc szpinak, doprawic sola, cukrem i sokiem z cytryny. Dusic na malym ogniu, az szpinak

zgestnieje. Podawac do cieleciny, kotletow, sadzonych jajek lub jako jarzyne

oblozony grzankami.

- Do szpinaku mozna dodac posiekany koperek lub zabek czosnku, ale wtedy nie

dodawac cukru. Po zdjeciu z ognia mozna dodac 2 zoltka. Zamiast smietany

mozna doprawic szpinak mlekiem.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 32 "Warzywa", strona 92.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)