
Szpinak ze smietana

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

Język: Polski

Odwiedzono: 2358 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 oczyścić z korzonków, dokładnie oplukać w kilku wodach i

wrzucić na 3-5 min do dużej ilości wrzącej, osolonej wody.

2. Odcedzić, przelać zimną wodą, osaczyć, posiekać.

3. Masło zasmażać z 1 łyżką masła, wlać śmietanę, zagotować, włożyć szpinak, doprawić solą, cukrem i sokiem z cytryny. Dusić na małym ogniu, aż szpinak

zgestnieje. Podawać do cieleciny, kotletów, sadzonych jajek lub jako jarzynie

obłożony grzankami.

- Do szpinaku można dodać posiekany koperek lub ząbek czosnku, ale wtedy nie

dodawać cukru. Po zdjęciu z ognia można dodać 2 żółtka. Zamiast śmietany

można doprawić szpinak mlekiem.

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

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