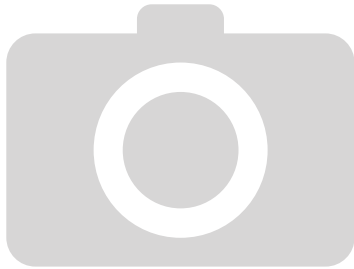


Brokuł a la szpinak



JOANNA137



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

brokuł	1 duży
masło	2 łyżki
mąka pszenna	1 łyżka
mleko	1 szklanka
Czosnek suszony Prymat	2 łyżeczki
cukier	1 łyżeczka
sól	- -
Bazylija suszona Prymat	1 łyżeczka
Koperek suszony Prymat	1 łyżka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Brokuł umyć, podzielić na mniejsze kawałki i ugotować do miękkości w lekko osolonej i ostudzonej wodzie. Gdy będą miękkie, odcedzić, przelać zimną wodą i rozgnieść. Z masła i mąki zrobić białą zasmażkę, rozprowadzić ją mlekiem i gotować 5 min, stale mieszając, aż do uzyskania gładkiego sosu. Sos połączyć z brokułem, dodać czosnek, bazylię i koperek. Starannie wymieszać i podgrzać. Podawać z jajkiem sadzonym i ziemniakami.