

szpinak z wody

AGATA1722



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

szpinak 200 g

margaryna 10 g

sól

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Oczyścić warzywa. Zagotować małą ilość wody z dodatkiem soli, ewentualnie także cukru i mleka. Warzywa włożyć do wrzącej wody, przykryć i gotować do miękkości. Następnie warzywa odcedzić i położyć na nie Świeży tłuszcz. Można też lekko podrumienić na patelni tartą bułkę dodać tłuszcz i połać warzywa. Wywar z warzyw można wykorzystać do zrobienia zupy lub sosu.