Szpinak na ciepło

ZEWA

CZAS PRZYGOTOWANIA
15 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

szpinak świeży	2 kg
mąka pszenna	2 łyżki
masło	50 g
czosnek	3 ząbki
sól, pieprz	do smaku
śmietana	100 ml

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Liście szpinaku dokładnie oczyścić, usunąć ogonki i wypłukać.
Osączyć i wrzucić do wrzącej, osolonej wodzie i blanszować około 3 minut.
Po tym czasie szpinak odcedzić, wystudzić i pokroić według uznania.
W głębokiej patelni rozgrzać masło i dodać mąkę.
Mieszać aż uzyskamy zasmażkę.
Dodajemy szpinak i mieszamy, dusimy około 10 minut.
Wlewamy śmietanę i cały czas mieszamy, zagotowujemy.
Szpinak doprawiamy świeżo przeciśniętym przez praskę czosnkiem, solą i pieprzem.