

# Špenátová pomazánka

Kategorie: [Chutovky](#)

Autor: Monyszek



## Suroviny

**Porce:** 4

- Špenát 200 g
- Tavený smetanový sýr 100 g
- Lučina 200 g
- Česnek 1 stroužek
- Sůl dle chuti 1 špetka
- Pepř dle chuti 1 špetka
- Vejce 1 ks
- Šunka 1 hrst

**Doba přípravy:** 4 min

**Obtížnost:** Snadné

**Způsob přípravy:** Šlehání

**Zařazení:** Svačina

**Země:** Česká republika

**Počet porcí:** 4

## Postup:

Čerstvé lístky špenátu dobře vyperte, dejte do hlubší mísy, zalijte vroucí vodou a nechte 2 minuty stát.

Vodu slijte, špenát nechte dobře okapat na cedníku (nebo přebytečnou vodu vymačkejte) a nasekejte nadrobno. Tavený sýr utřete s lučinou a prolisovaným česnekem, vmíchejte špenát, podle chuti osolte a opepřete.

Natírejte na plátky pečiva a ozdobte na nudličky nakrájenou šunkou, uzeným lososem nebo nasekanými vejci.