

Český špenát

Kategorie: [Přílohy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- sůl 0.5 lžička
- cibule 1 ks
- česnek 2 stroužek
- máslo 2 lžíce
- mražený špenátový protlak 1 ks
- vejce 1 ks
- hladká mouka 2 lžička

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Zmražený špenátový protlak necháme zvolna (alespoň z poloviny) roztát a postupně odléváme přebytečnou vodu. Malou cibuli oloupeme a nakrájíme na velmi jemno.

Nakrájenou cibuli osmažíme na másle tak, aby zesklivatěla. Přidáme špenát a zvolna dusíme asi 10 minut.

Mezitím si prolisujeme stroužky česneku, utřeme se solí a přidáme do špenátu. Za stálého míchání zvolna zaprášíme hladkou moukou a ještě asi 2 minuty provaříme. V závěru vmícháme jeden žloutek.

Český špenát podáváme například k pečenému masu a bramborovým knedlíkům.

