

Příloha z čerstvého špenátu

Kategorie: [Přílohy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- olivový olej 1 lžička
- čerstvý špenát 3 hrst
- česnek 1 stroužek
- jarní cibulka 2 ks
- **podle chuti**
- sůl 1 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Dušení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Čerstvý špenát důkladně omyjeme a necháme okapat. Jarní cibulku očistíme a nakrájíme na drobno. Česnek sloupneme a nakrájíme na plátky.

Na pánvi rozežřejeme olivový olej a orestujeme na něm cibulku. Pak přisypeme špenát, necháme zatáhnout, osolíme, podlijeme trochou vody a krátce podusíme. Nakonec přidáme česnek, znovu prohřejeme a odstavíme.

Přílohu z čerstvého špenátu podáváme k libovolným pokrmům.