

Špenátová směs

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- mražený špenát 0.5 balíček
- vejce 1 ks
- olej 1 ks
- mléko 1 ks
- česnek 2 stroužek
- hladká mouka 1 ks
- Podravka 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

V hlubší pánvi si rozpálíme olej a na něj dáme prolisovaný česnek. K tomu vmícháme mouku a to do doby než nám zhnědne. Poté zalijeme vodou a přidáme špenát. Necháváme asi 10 minut povařit za občasného míchání.

V hrníčku s mlékem si rozkvrdláme mouku, tak aby nám tam nezůstaly hrudky a vlijeme ke špenátu. Necháváme znovu chvíli povařit.

Vymícháme si vejce a přidáme ke špenátu. Po promíchání už pouze dochucujeme podravkou, popřípadě ještě solí.

Špenátovou směs podáváme s bramborovou kaší a volským okem.