



# špenát

Hlavní jídlo

(vytvořil\*a Bára)

<b>název</b>	<b>množství (na 4.0 porcí)</b>
Brambory	1 kilogramy
smetana na vaření	200 gramy
vajíčka	5 kusy
mražený špenát	1 kusy
Cibule [kus]	1 kusy
hladká mouka	
Česnek [stroužek]	3 stroužek
Sůl	

## návod k přípravě

---

Nadrobno si nakrájíme cibuli a česnek. Do hrnce dáme olej, přidáme cibuli s česnekem a necháme zpěnit.

---

2 Do hrnce přidáme smetanu a špenát. Přikryjeme pokličkou a občas promícháme, dokud špenát neroztaje.

---

3 Postupně vmícháváme hladkou mouku, přisypáváme za stálého míchání, aby se nevytvořily hrudky.

---

4 Nakonec necháme špenát trošku "probublat" a jakmile se bude lepit na vařečku, tak je hotový.

uvařit brambory a vejíčka

---

## úkoly

recept nemá úkoly