

Spanac koji ce djeca da vole



težina: **lako**

za: **4 osoba**

vreme pripreme: **30 min**

Sastojci

Povrce:

- **750 g** spanaca
- **4 mrkve - šargarepe**
- **1 glavica** crvenog luka

Krema:

- **500 ml** mlijeka
- **200 ml** slatkog kajmaka
- **2 kašike** brašna

Zacini

- ulje
- sol
- suvi biljni zacin

Prepuna

Isjeckajte sitno šargarepu i dodajte u vec toplo ulje da se dinstaju. Mnoga djeca ne vole ukus kuhane mrkve. Ako mrkvu sitno isjeckate necete osjecati njen poseban ukus. Uvak cete uspjeti da zavarate djecu, a cak i neke odrasle. Isto uradite i sa crvenim lukom i dodajte tek kada je mrkva dobro izdinstana i mekana. Dinstajte tako zajedno nekih 10 minuta. U meuvremenu zagijte slanu vodu do kljucanja i stavite spanac da se kuha nekih 10 minuta. Takoe pripremite masu sa mlijekom i brašnom tako što cete lagano dodavati mlijeko u brašno i mjesati

tako da vam se ne stvore grudvice. Kada su šargarepa i luk dobro izdinstani dodajte u šerpu kuhani i iscijedjeni spanac. Lagano promješajte zatim dodajte sol i suvi biljni zacin po želji. Dinstajte tako nekih 10 minuta da se svi sastojci lijepo sjedine. Kada je dovoljno kuhano dodajte smjesu koju ste napravili sa brašnom i mlijekom te lagano promješajte. Dodajte slatki kajmak i ponovo promješajte. Ako vam je spanac previše gust možete dodati još mlijeka. Kuhajte još nekih 10 minuta.

Savet

Pogledajte video recept na ovom linku ili posjetite moj kanal na You Tube koji se zove Moja mala kuhinja
https://www.youtube.com/watch?v=jm2zCyqs_Jc