Spanac sa kuvanim paradajzom i usitnjenim mesom



težina: **lako**

za: **5** osoba

vreme pripreme: **50** min

Sastojci

Priprema je:

- **500 g**spanaca
- **1 glavica**crnog luka
- **1-2 cena**belog luka
- **1 kašicica**soli
- **1 kašicica**mlevenog bibera
- **1 kašicica**suvog biljnog zacina
- **2-3 kašike**brašna
- **oko 3 dl**kuvanog paradajza
- **1-2** krmenadle
- **1-2** kuvane šargarepe iz supe
- **3-4 kašike**masti za prženje

Priprema

Krmenadle zaciniti solju, biberom i suvim biljnim zacinom.

Na masti propržiti krmenadle sa obe strane da porumene, pa naliti vrlo malo vode, poklopiti i dinstati da meso omekša.

Prohlaeno meso i kuvane šargarepe iz supe naseckati sitno.

Ocišcen spanac oprati i kuvati ga 5-7 minuta u slanoj vodi. Izruciti u cediljku i ostaviti da se dobro ocedi. Dodatno ga rukama iscediti, da izae sva voda. Oceen spanac sitno iseckati.

Na ulju staklasto propržiti crni luk, dodati beli luk, mešati da ne izgori, pa izruciti spanac da se proprži 10 minuta. Dodati so, biber i suvi biljni zacin i povremeno promešati.

Dodati brašno i mešati da se kratko proprži.

Kada brašno upije tecnost iz spanaca, nalivati kuvanim paradajzom, neprestano mešajuci, da se dobije srednja gustina.

Iseckano meso i šargarepu dodati u spanac i izjednaciti mešanjem.

Poslužiti toplo, kao samostalno jelo.

Savet

Kuvani paradajz spanau daje poseban ukus, a dodatak mesa i šargarepe ga obogauje do kompletnog i hranljivog obroka... Može se iskoristiti bilo koje preostalo meso od prethodnog dana.