Spanac u grckom jogurtu



težina: **lako**

za: **4** osoba

vreme pripreme: **30** min

Sastojci

Potrebno je:

- **500 g**spanaca
- **1**krompir
- **3 kašike**maslinovog ulja
- **1 glavica**crnog luka
- **3 cena**belog luka
- **2 kašike**integralnog brašna
- **1 kašicica**suvog biljnog zacina
- **1/2 dl**mleka
- **4 kašike**grckog jogurta

Priprema

Oguliti krompir, iseckati i skuvati (15-ak minuta). U istoj vodi dok se krompir kuva prokuvati spanac ne duže od 5 minuta. Ocediti ga i iseckati.

Na ulju dinstati seckani crni luk 10-ak minuta. Dodati sitno seckani beli luk i brašno, pa pržiti 1-2 minuta, pa dodati spanac, suvi biljni zacin i izgnjecen skuvan krompir. Promešati i nastaviti s prženjem kratko (5 minuta), te dodati mleko i grcki jogurt, još malo mešati da se sve sjedini.

Savet

Ne treba poklapati posudu u kojoj se sprema spana (tako sam itala i ula, kao i da ne treba podgrevati kada se ohladi). Služiti uz pileu jetru ili belo pilee meso.