

Fit spanac



težina: **lako**

za: **2 osoba**

vreme pripreme: **25 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **300 gspanaca**
- **par kašikaulja**
- **1 jaje**
- **2 vece glavice crnog luka**
- **po ukususu**
- biber
- suvi biljni zacin

Prilozi:

- **1 crveni mladi luk**
- **1 manjikrstavac**
- **par kapi** sirceta
- so

Priprema

Spanac ocistiti, oprati i staviti u vodu da se prokuva par minuta, samo malo da omekša. Za to vreme, luk sitno iseckati i staviti da se dinsta sa uljem i par kašika vode. Dolivati vodu stalno po malo sve dok luk ne smekša. Zatim luku dodati prokuvati spanac i sve zajedno dinstati. Sada dodajemo so, biber, sušeno povrće. Kada se sve lepo ukrckalo dodamo jaje i pržimo još jako kratko, dok se jaje ne isprži. I naš brzinski rucak je gotov! :)

Ja sam kao priloge koristila sveži mladi luk, a krastavce sam posolila i dodala im par kapi sirca kako bi dodali

svežinu ovom jelu.

Savet

Ovo jelo je veoma jednostavno, ali i veoma ukusno. Za ljubitelje povra i zdrave hrane.