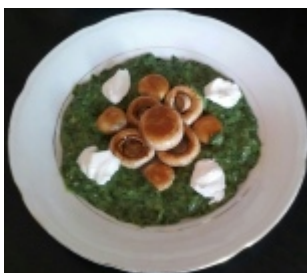


Šampinjoni sa spanacem



težina: **lako**

za: **3** osoba

vreme pripreme: **45** min

Sastojci

Za spanac:

- **750 g** svežeg spanaca ili pakovanje smrznutog
- **1,5-2 dl** mleka
- **3** cenabelog luka
- **1-2 kašike** brašna
- **1/2 dl** ulja
- so
- biber
- suvi biljni zacini

Za šampinjone:

- **400 g** šampinjona
- **po ukusu** soli
- **po ukusu** bibera
- **maloulja** za prženje

Kao dodatak:

- **po potrebi** kisele pavlake ili krem sir

Priprema

Pripremu spanaca imate objašnjeno u ranijim mojim receptima poput "Spanac sa svedskim krompirom" ili Belo

meso sa spanacem.

Šampinjone oprati, odvojiti kape od drški i staviti na krpu ili ubrus da se osuše. Zagrejati tiganj dodati kašiku ulja pa poreati kapice šampinjona.

Kad se zapeku okrenuti ih na drugu stranu i pržiti dok ne porumene. Pred kraj ih posoliti i pobiberiti.

Izvaditi ih iz tiganja pa u tiganj sipati prepolovljene drškice pa i njih ispržiti. Služiti šampinjone uz spanac i dodatak kisele pavlake ili krem sira, a može i krišku belog sira.

Savet

Ovo je jedan lagan, zdrav ruak koji se brzo spremi.