

orbasta kopriva i spanac



težina: **lako**

za: **8 osoba**

vreme pripreme: **40 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **300 g**koprive
- **300 g**smrznutih listica spanaca
- **50 g**margarina
- **1 glavicabelog luka**
- **1 kašikasuvog biljnog zacina**
- **1/2 kašicicabibera**
- **50 ml**mleka

Priprema

Prvo je potrebno obariti koprivu. Zatim je procediti i staviti u šerpu, dodati malo vode u kojoj se kuvala kopriva. Dodati cenove belog luka, zacine i ispasirati. Ja ispasiram tako da ostavim nesto listica da budu krupniji. Zatim dodati smrznuti spanac i na srednjoj vatri kuvati još 10 minuta. Povremeno mešajuci. Dodati margarin i mleko.

Mešati da se margarin istopi i da se dobije gustina malo gušca nego što pravimo smesu za palacinke. Mogu da poredim gustinu sa potaž corbama. Služiti toplo, preporuka uz komadice mesa isprženih na malo ulja i zacinjenim suvim biljnim zacinom posle prženja. Govedina ide savršeno uz ovo jelo i kiselo mleko.

Savet

Kopriva na ovaj nain spremljena je zanimljiva promena u meniju, a i veoma zdrava za organizam. Sa spanaem u kombinaciji sam je prilagodila prvenstveno dei jer suprug i ja nemamo problem sa koprivom sta više veoma je volimo.