

Spanac koji ce djeca da vole



težina: **lako**

za: **4** osoba

vreme pripreme: **30** min

Sastojci

Povrce:

- **750 g** spanaca
- **4** mrkve - šargarepe
- **1** glavica crvenog luka

Krema:

- **500 ml** mlijeka
- **200 ml** slatkog kajmaka
- **2** kašike brašna

Zacini

- ulje
- sol
- suvi biljni zacin

Priprema

Isjeckajte sitno šargarepu i dodajte u već toplo ulje da se dinstaju. Mnoga djeca ne vole ukus kuhane mrkve. Ako mrkvu sitno isjeckate neće osjećati njen poseban ukus. Uvijek ćete uspjeti da zavarate djecu, a čak i neke odrasle. Isto uradite i sa crvenim lukom i dodajte tek kada je mrkva dobro izdinstana i mekana. Dinstajte tako zajedno nekih 10 minuta. U međuvremenu zagrijte slanu vodu do ključanja i stavite spanac da se kuha nekih 10 minuta. Tako će pripremiti masu sa mlijekom i brašnom tako što ćete lagano dodavati mlijeko u brašno i mjesati

tako da vam se ne stvore grudvice. Kada su šargarepa i luk dobro izdinstani dodajte u šerpu kuhani i iscjedjeni spanac. Lagano promješajte zatim dodajte sol i suvi biljni zacin po želji. Dinstajte tako nekih 10 minuta da se svi sastojci lijepo sjedine. Kada je dovoljno kuhano dodajte smjesu koju ste napravili sa brašnom i mlijekom te lagano promješajte. Dodajte slatki kajmak i ponovo promješajte. Ako vam je spanac previše gust možete dodati još mlijeka. Kuhajte još nekih 10 minuta.

Savet

Pogledajte video recept na ovom linku ili posjetite moj kanal na You Tube koji se zove Moja mala kuhinja
https://www.youtube.com/watch?v=jm2zCyqs_Jc