



Tekst i zdjęcie: **Kucharek** - Srebrny Szef Kuchni  
(1791)

### **Szpinak nowozelandzki w sosie mlecznym lub śmietanowym**

Podawać z jajami sadzonymi, omletem lub do potraw  
mięsnych z ziemniakami, ryżem.

#### **Składniki:**

- natka pietruszki, 1 szt.
- sól, 1 szczypta
- śmietana, 15 dag
- mleko, 1 szkl.
- mąka , 5 dag
- masło, 5 dag
- szpinak , 75 dag

#### **Sposób przygotowania:**

Listki szpinaku oberwać od łodyg, starannie opłukać, zalać niewielką ilością wrzącej wody, posolić i szybko ugotować obracając listki, aby jednakowo miękły. Miękki szpinak odcedzić, lekko odcisnąć łyżką na cedzaku, zemleć lub posiekać nierdzewnym tasakiem. Sporządzić lekką zasmażkę, rozrzedzić ją mlekiem lub śmietaną. Do zasmażki włożyć szpinak, wymieszać go, zagotować, jeżeli potrzeba, rozrzedzić wywarem. Przyprawić solą, przy wydaniu posypać koperkiem lub dodać czosnku.

