

# Spanac cu lapte



Poate ca unii dintre voi cunoasteti aceasta gustoasa mancarica sub un alt nume, insa noi acasa i-am zis mereu spanac cu lapte, fiindca asa ne-o pregatea mami, de cand eram prichindei, cu lapte muuult si usturoi ☐

Si desi o fac intotdeauna „din ochi”, am sa incerc s-o prind in gramaje, pentru ca nimeni sa n-o ocoleasca.

Deci, reteta ar suna cam asa, cu aproximatiile de rigoare:

Ingrediente pentru 4 persoane:

- aprox. 1 kg. spanac
- 5-6 linguri ulei
- 5-6 catei de usturoi
- 3-4 linguri faina
- 800 ml. lapte
- sare dupa gust

Mod de preparare:

Se alege spanacul, se spala in cateva ape, se pune la fiert in apa cu sare; se lasa sa dea cateva clocote si se strecoara.

Se toaca marunt, cu un tocator de genul astuia, pe care l-am folosit la **chiftelutele mele de urzici** ☐

Se incalzeste uleiul intr-o cratita; se dau cateii de usturoi prin

presa de usturoi si se calesc pentru cateva secunde in uleiul incins, dar doar atat cat sa-si dezvolte aroma. Nu trebuie sa se maroneasca, pentru ca vor da un gust neplacut, amar, mancarii. Se adauga imediat faina si se amesteca totul bine. Faina, insa, trebuie sa se rumeneasca un picut ☐

Se stinge apoi cu lapte rece (nu adaugati toata cantitatea deodata, ci mai degraba jumatate). Lasati sosul alb sa fiarba pentru cca. 1 minut, dupa care adaugati spanacul tocat. Amestecati din nou, si adaugati, putin cate putin din laptele ramas (va opriti la consistenta dorita). Se sareaza si se lasa pe foc pana ies aburi. La final, daca vreti, puteti adauga o lingurita de zahar si una de otet sau suc de lamaie, dintr-o jumatate de lamaie (varianta asta o stiu de la soacra mea, si desi am pus-o de nenumarate ori in practica, dat fiind faptul ca asa ii place lui Cipi ☐ ...eu am ramas fidela variantei mele, simple)

Spanacul astfel pregatit se serveste neaparat cu **oua ochiuri** ☐

