

# Szpinak!!

Przepis dodany przez użytkownika patrycja

**Pyszne i zdrowe.**



Czas przygotowania: 15 minut  
Ilość porcji: 1-2  
Stopień trudności: bardzo łatwe  
Koszt: 3 PLN  
Kaloryczność: 45 kCal

## Potrzebne składniki:

- szpinak świeży -
- czosnek -
- masło -
- sól -

## Etapy przyrządzania:

1. Świeże liście szpinaku opłukać, posiekać i wrzucić do rondla.
2. Dodać trochę soli, posiekane 2-3 ząbki czosnku i dusić pod przykryciem aż do ugotowania.
3. Następnie dodajemy trochę masła.
4. Smacznego!



## Jak podawać?

Jako dodatek do obiadu. Pycha z młodymi ziemniakami i kotлетem schabowym...palce lizać!!