

# Szpinaczek



Autor: **nowalijka**  
Przepisów: **86** Ocena: **1856**

1-2 os. 15 min średnie przystępne



nowalijka | Smaker.pl

## Składniki:

- szpinak świeży, na oko
- pierś z kurczaka, na oko
- pomidor, 1
- marchewka, 1
- cebula, 1
- gałka muszkatołowa, pieprz ziółowy, wegeta, sól magi, papryka ostra i słodka, ząbek czosnku, na oko
- masło, 1 łyżeczka
- makaron pomidorowo-szpinakowy wstążki, na oko

## Sposób przygotowania:

- 1 Pierś z kurczaka ugotować z marchewką małą w wegecie z cebulką małą.
- 2 Szpinak zrobić na parze (czyli wkładamy pokrojony szpinak do garnka, a garnek do większego garnka w którym jest gotująca się woda) jak jest już miękki dodajemy startą gałkę muszkatołową paprykę słodką, odrobinę papryki ostrej i pieprzu ziółowego, sól, odrobinę magi, czosnek przeciśnięty przez praskę. Jeszcze odrobinę na parze następnie kroimy ugotowaną pierś i obrany i pokrojony pomidor. Dodajemy masło zamieszać i gotowe.
- 3 Gotujemy makaron. Ugotowany makaron wykładamy na talerz i nakładamy szpinak i gotowe.
- 4 Nie pisałam ilości robiłam na oko. oczywiście można też pierś i szpinak usmażyć na patelni, lecz ja mam niestety djete i mi nie wolno nic smażonego
- 5 SMACZNEGO!

## Twoje notatki do przepisu: