



Somon pe frunze de spanac



Ingrediente

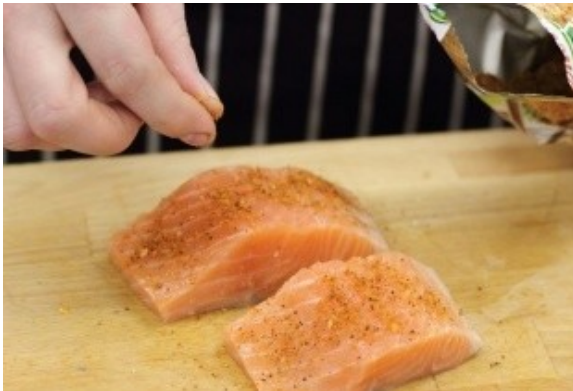
File de somon - 500 de grame
Delikat gust de Gaina - 1 lingurita
Spanac congelat - 450 de grame
Margarina - 2 linguri
Smantana - 18 %-100 ml
Ceapa - 1 buc
Usturoi - 1 catel
Smantana lichida pentru gatit - 100 de mililitri
Marar (legatura) - 1 bucata

 30 de minute

 4 portii

 Mediu

Mod de preparare



1. Sectioneaza fileul de somon in patru portii si presara cu Delikat.



2. Prajeste bucatile de somon intr-o tigaie, pana sunt rumenite pe ambele parti.



3. Intr-o tigaie, adauga margarina, usturoiul tocat si ceapa. Dupa un timp, adauga si spanacul. Gateste impreuna timp de cateva minute.



4. Aduga smantana si marar tocat si toarna peste spanac. Amesteca totul foarte bine, Dupa ce compozitia cu spanac se ingroasa, devenind omogena, asaza pe o farfurie. Serveste cu somon. Sfat! Acest preparat poate fi servit cu lamaie si orez fiert.

Pofta buna!

Aceasta reteta provine de pe site-ul culinar Retetaperfecta.ro Gaseste-ne pe Facebook, la adresa: <https://www.facebook.com/retetaperfecta.ro>