

## Somon pe frunze de spanac



### Ingrediente

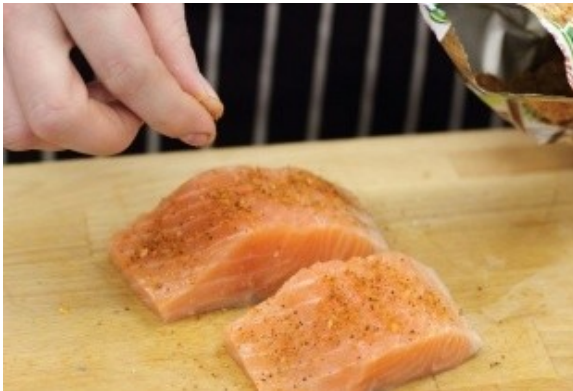
File de somon - 500 de grame  
Delikat gust de Gaina - 1 lingurita  
Spanac congelat - 450 de grame  
Margarina - 2 linguri  
Smantana - 18 %-100 ml  
Ceapa - 1 buc  
Usturoi - 1 catel  
Smantana lichida pentru gatit - 100 de mililitri  
Marar (legatura) - 1 bucata

🕒 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>