

 55 de minute 4 portii Mediu

Ingrediente

Fasole verde - 200 de grame
Ceapa - 1 bucata
Cartofi - 2 bucati
Conopida - 1 mica
Morcov - 2 bucati
Spanac - 200 de grame
Lapte - 1 litru
Faina - 1 lingura
Patrunjel (legatura) - 1 bucata
Apa - 1500 de mililitri
Sare - 1 lingurita
Piper - 1 varf
Margarina - 100 de grame

Mod de preparare

1. Cureti zarzavatul, il speli, il tai in bucatele, iar conopida se desface in buchetele si spanacul il maruntesti fideluta.
2. Pui toate legumele la fiert in apa clocotita cu sare si lasi sa fiarba timp de 30 de minute. Separat, desfaci 1 lingura de faina in lapte si torni amestecul peste legume.
3. Pui si margarina si mai lasi sa fiarba putin. Opresti focul si adaugi patrunjel tocat si piper dupa gust.

Pofta buna!

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