



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецепты

Суп со Шпинатом

Ispanak Çorbası



1 пучёк шпината
1 репч.лук
7 стол.ложек раст.масла
1 стакан муки
3 стакана молока
6 стаканов бульёна с водой
1 чайн.ложка чёрного перца
2 чайн.ложки соли
1 стакан натёртого сыра

- # Шпинат помыть, пошинковать. Лук мелко порезать.
- # Шпинат и лук положить в кастрюлю, налить раст.масло, помешать.
- # Поставить на медленный огонь, закрыть крышкой и варить 25 минут. (Не открывая крышку). (На медленном огне шпинат не изменит цвет и свариться до полуготовности).
- # Снять с огня, крышку кастрюли открыть через 10- 15 минут.
- # Измельчить в блендере до получения пюре.
- # Пюре из шпината переложить в кастрюлю для супа, добавить молоко и муку, хорошо перемешать.
- # Поставить на средний огонь, мешая долить воду с бульёном.
- # Дать закипеть и убавить огонь, посолить, поперчить. Поварить ещё 5 минут и снять с огня.
- # Разлить по тарелкам, с верху посыпать натёртый сыр.

Чтобы молоко не свернулось, его нужно добавлять когда шпинат остынет.