

Špenátová kaše



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 20min , Porce: 1

149 kalorií , **0 g** cukrů , **13 g** tuků , **2 g** bílkovin

Autor: Kateřina Růžičková

Odkaz: <https://srecepty.cz/spenatova-kase>

Příprava

Do měkka uvařený špenát prolisujeme, promícháme s malým množstvím špenátového vývaru a polovinou rozpuštěného másla a osolíme.

Ingredience

- 120 g špenátu
- špetka soli
- 15 g másla

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Zelenina, Vegetarián, Hlavní chod, Příloha

