

Truita d'espínacs



Durant els mesos d'hivern ve molt de gust una truita amb espínacs ja que son tendres.

Per 4 persones.

Temps: 20 min.

Ingredients:

- -1 kg d'espínacs tendres
- – 4 alls tendres
- – 4 ous
- – Sal i oli d'oliva



Elaboració:

PAS 1: Rentem bé els espínacs amb força aigua. Tallar les tijes. Mentres posem una olleta d'aigua al foc i quan arrenqui

el bull escaldar els espinacs 5 minuts i s'escorren de seguida.

PAS 2: Tallem els alls tendres ben petits i els sofregim a la paella. Abans que agafin color afegim els espinacs i els donem dos tombs.

PAS 3: Batrem els ous i afegirem els espinacs. Barregem i tornem a posar a la paella. Farem la truita d'un cantó i de l'altra.







Bon Profit!