



przepisy.pl

Szpinakowa kanapka :)



Składniki:

- świeży szpinak - 1 opakowanie
- dorsz - 4 sztuki
- ser favita z Mlekovity - 1 opakowanie
- ciasto francuskie - 1 opakowanie
- cytryna - 1 sztuka
- czosnek - 1 sztuka
- sól - 1 szczypta
- pieprz - 1 szczypta

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)



45 minut



2 osoby



Łatwe

Sposób przygotowania:

1. Na pierwszy ogień idzie rybka. Należy ją rozmrozić i podsmażyć. Spytacie dlaczego dorsz? Akurat tę rybę mam wypróbowaną i jest godna polecenia. Ja kupuję tylko dorsza atlantyckiego, gdyż nie posiada on takiej glazury, kawałki są konkretne a podczas rozmrażania i pieczenia nie śmierdzi okrutnie. Tak, więc po rozmrożeniu ryby przyprawiam ją solą i pieprzem. Następnie przygotowuję patelnię z 2 łyżkami oliwy i podsmażam dorsza. Nie przesadzam, gdyż ryba będzie jeszcze pieczona w piekarniku z ciastem francuskim. Po podsmażeniu dorsza odkładam go na bok, aby przestygnął. Gorący będzie się źle układał na cieście.

2. Następnym etapem przygotowań jest szpinak. Jest wiele szkół robienia szpinaku i przyprawiania go. Myślę, że każdy musi przygotować go kilka razy, aby doszedł do perfekcji i aby nasze kubki smakowe go pokochały. Ja przyrządzam go następująco. Na patelnię daję łyżkę oliwy i wyciskam 1 ząbek czosnku. Podsmażam go ale pamiętajmy, aby czosnek nie zrobił się brązowy bo szpinak będzie gorzki. Po chwili wrzucam opłukane i odsączone liście szpinaku. Gdy szpinak zaczyna zmniejszać swoją objętość zaczynam go przyprawiać solą i pieprzem, a następnie wyciśniętym sokiem z cytryny (góra z jednego plasterka sok - to także wedle Waszych upodobań smakowych dla mnie tyle jest w sam raz). Na początek nie przesadzajcie z przyprawianiem, pamiętajcie to ma Wam smakować! Uwierzcie mi szpinak jest wspaniały tylko trzeba go dobrze przygotować. Gdy już wszystko pięknie się skomponuje, a szpinak zmięknie dodaję połowę sera favita z Mlekovity pokrojonego w kostkę.

3. Takim to sposobem mamy przygotowane już wszystko, więc włączamy piekarnik (i teraz każdy patrzy co producent jego piekarnika zaleca przy pieczeniu ciasta francuskiego). Ja nagrzewam do temperatury 170 stopni. Piekarnik się nagrzewa, a my przygotowujemy naszą kanapczkę. Gotowe ciasto przecinamy na pół i na jednej części kładziemy kawałek dorsza, następnie szpinak z favita. I ponownie dorsza... Całości zawijamy w ciasto francuskie nacinając je po bokach. A następnie odkładamy na naczynie, które pójdzie do piekarnika. Z drugą częścią ciasta i pozostałymi kawałkami dorsza robimy podobnie. Całość pieczemy, aż ciasto francuskie będzie ładnie przyrumienione to jest do 30 minut w temperaturze 170 stopni.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl