



## Бифтек со крем сос од спанаќ

Ова е навистина класичен сос кој одлично се комбинира со бифтек - свеж и здрав спанаќ во кремest бешамел сос. Толку е лесен за правење.

Наскоро ќе Ви дадеме и други идеи за рецепти со овој сос.



### Состојки:

- 2 парчиња бифтек
- 50 грама путер
- 2 супени лажици брашно
- 175 грама спанаќ
- 250 милилитри млеко
- 1 кафена лажичка морско оревче
- сол и бибер
- маслиново масло

### Чекор 1

Убаво измијте го спанаќот и оставете го да се исуши. Ситно исечкајте го со остар нож.

### Чекор 2

Почнете да го правите го бешамел сосот така што ќе стопите путер на среден оган и во него ќе ставите брашно.

Полека сипувајте студено млеко за да го направите сосот. Овде ни треба густ бешамел сос.

Зачинете го со сол, бибер и морско оревче.

Намалете го огнот и почнете полека да го додавате спанаќот.

На прв поглед се чини дека 175 грама е многу спанаќ, но тој убаво ќе се распореди низ целиот сос.

Ставајте по една рака додека да се распореди целиот спанаќ и да добиете богат сос со силна зелена боја.

### Чекор 3

Зачинете ги парчињата бифтек од двете страни и испржете ги во Грил тавата на силен оган.

Превртувајте ги од време на време, но испржете ги токму така како што ги сакате.

Тие можат да бидат розеви во средината, или пак реш печени.



#### Чекор 4

Сервирајте го бифтекот на чинија и прелијте го со обилна количина од крем сосот од спанаќ.

#### Совет

Ви препорачуваме во сосот да ставите повеќе бибер ако сте негов љубител. Исто така можете да го соберете сокот од бифтекот и да го додадете во сосот пред сервирањето.

Крем сосот од спанаќ одлично оди со пилешко месо, но и со паста ако сакате да направите вегетаријанска лазања.

#### Користени производи:



Грил тава



Сад за сос



Ти благодариме што си дел од МоиРецепти заедницата.  
Испрати го твојот омилен рецепт на [www.moirecepti.mk](http://www.moirecepti.mk)