

EPINARD FRAIS A LA CREME (thermomix)



Pour mon Coup de cœur du dimanche une recette de Cilou sur [espace-recettes](http://espace-recettes.com)
j'ai juste ajouté un peu d'oseille de mon jardin

Ingrédients :

- 800 g d'épinard frais
- 100 g de crème fraîche
- sel-poivre
- 1 litre d'eau salée

Préparation:

- Enlever la tige centrale des feuilles d'épinard
- Mettre 1 litre d'eau salée dans le bol
- Ajouter les feuilles d'oseille dans le panier du varoma
- Programmer 20 minutes température varoma vitesse 1
- A la sonnerie, égoutter les épinards
- vider l'eau du bol
- quand les épinards sont bien égouttés, les placer dans le bol
- Ajouter la crème fraîche et le poivre
- Programmer 5 minutes à vitesse 3
- Servir immédiatement.

Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations.

THERMOMINOUX 2017

<http://thermominoux.over-blog.com>