

SPINACH AND POTATO STEW



Κατηγορία: Χορτοφάγος
κύρια μαθήματα

Δημιουργήθηκε στις
2019-07-02
Εγκρίθηκε από Supercook CL
Προτάθηκε από Kitchen
Center
Ο συνολικός χρόνος
προετοιμασίας: 20:15 Λεπτά

Suitable for article:

- Supercook SC250
- Supercook SC300
- Supercook SC350
- Supercook SC380
- Supercook SC400

ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ 3 ΔΟΣΕΙΣ

500 Γραμμάρια	clean and stemless spinach
300 ml	νερό
1	chopped carrot
3	chopped chives (or half onion cut in 2)
30 ml	ελαιόλαδο
4 Γραμμάρια	Αλάτι
1 Σκελίδα σκόρδου	σκόρδο
2	peeled and diced potatoes
1/2 Κουταλάκι γλυκού	Πιπέρι
1/2 Κουταλάκι γλυκού	grated ginger
1 Κουτάλι σούπας	coriander or parsley (optional)

ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΒΗΜΑ ΠΡΟΣ ΒΗΜΑ

Για να δείτε την πλήρη συνταγή, παρακαλώ [συνδεθείτε στο](#).

ΕΡΓΑΛΕΙΟ



Μαχαίρι ανάμιξης
(αιχμηρό)



σπάτουλα



Κύπελλο μέτρησης