

# سبانخ بالزيت

## المقادير:

- 5 باقات سبانخ
- 10 فصوص ثوم
- 1 كوب بصل مقطع
- $\frac{1}{2}$  كوب حبات رمان
- 1 ملعقة صغيرة فلفل أسود
- ملح بحسب الرغبة

## طريقة التحضير:

- في قدر على النار، نضع الزيت والبصل ونقلب المزيج حتى يذبل قم نضيف اليه الثوم ونقلب جيدا.
- بعد غسل أوراق السبانخ نقوم بتقطيعها ونضيفها الى الثوم والبصل ونقلب المزيج حتى يذبل .
- نتركها على النار لمدة 10 دقائق ثم نضيف الملح والفلفل وحبات الرمان ونتركها حتى تنضج.
- في طبق التقديم، نسكبها ونقدمها باردة أو ساخنة مع عصير الليمون الحامض ويمكن تزيينها بالجوز المفروم.

## الف صحة!