

# Poêlée d'épinards frais au beurre

Une recette simple pour préparer les épinards.



- TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN.
- TEMPS DE CUISSON : 10 MIN.
- RECETTE POUR : 4 PERS.

## INGRÉDIENTS

- 1,2 kg d'épinards
- un oignon
- une gousse d'ail
- 50 g de beurre
- sel
- poivre

- 
1. Eliminez les queues des feuilles d'épinards en tirant dessus. Pelez et hachez l'oignon et la gousse d'ail.
  2. Faites chauffer le beurre dans une grande sauteuse. Lorsqu'il est moussieux, placez-y l'oignon et l'ail hachés.
  3. Laissez-les dorer pendant 5 à 10 min, l'oignon doit être bien blond.
  4. Ajoutez les feuilles d'épinards d'un coup et couvrez 2 min. Le volume des épinards va largement diminuer.
  5. Retirez le couvercle et mélangez soigneusement, jusqu'à ce que tous les épinards soient « tombés ». Salez, poivrez. Servez immédiatement.

---

Crédit photo : Pixabay