

POUSSES d'EPINARDS A LA MARCEL

Ingrédients :

300 gr de pousses d'épinards
1 Gousse d'ail
2 cuillères à soupe de moutarde à l'ancienne

Préparation

- ✚ Frotter à l'ail, à la pointe de la fourchette, une poêle Tefal chaude; ajouter dans la poêle refroidie les 2 cuillères de moutarde.
- ✚ Poser la poêle sur le feu après l'avoir couverte: pour éviter les projections. Verser les pousses d'épinards dans la poêle et tourner avec une cuillère en bois. Faire réduire rapidement et server.

Recettes réalisées pour l'A.A.M.M.L.R.