

## **Spénót tükörtojással tej mentesen**

(LILA FÜGE adta az ötletet)

### **Hozzávalók:**

- 1 adag **Mester besamel szósz alap**
- 3 dl víz
- 1 evőkanál növényi italpor
- 1 tojás
- bors
- 2 szelet Mester bácskai fehér kenyér
- Oliva olaj
- 1 marék spénót levél
- 1 zöld fokhagyma

Sajt a szóráshoz

### **Elkészítése:**

A kenyérről levágjuk a héját és a kenyér belét összemorzsoljuk, felforrósított serpenyőben kevés olajon és fokhagyma karikán megpirítjuk. Kiszedjük egy tányérra, ugyan abban a serpenyőben megfonnyasztjuk a spénót, a levét leöntjük késsel összevágjuk, a fokhagyma zöld és fehér részét is betesszük a serpenyőbe nagyon kicsi Oliva olajon megfonnyasztjuk beletesszük az összedarabolt spénót, a besamelt elkeverjük a vízzel és a növényi ital porral. Csak összeforraljuk. (Aki szereti borsozhatja)

Összeállítás: a tálba beöntjük a spénótos besamelt, a tetejére rászórjuk a pirított morzsát betesszük a sütőbe 170C-on néhány perc múlva ráütünk 1 tojást és picit még sütjük, tálalás előtt növényi sajtot reszelünk rá.

Jó étvágyat!