



## Magiritsa, supa cremă de ciuperci grecească

Steps: 7

Difficulty Grad:

### Ingredients

Portions

1	salată romana, tocată	1,75 kg	spanac, tocat
1,1 kg	ciuperci albe	3 bucăți	de praz, feliat
1 legătură	de fenicul, pătrunjel, mentă, tocate mărunt	8	cepe verzi, tocate mărunt
1/3 ceașcă	orez	1/3 cană	suc de lămâie
1/2 cană	ulei de măsline	1 1/2 linguri	făină de porumb
	sare și piper		

### Instructions

O supă de ciuperci sățioasă, puțin diferită. Magiritsa este un fel de mâncare tradițional grecesc, servit în perioada Postului Mare și este considerată a fi cea mai bună masă pentru a ușura treptat sistemul digestiv înapoi la obiceiurile sale alimentare obișnuite, după perioada de post. În mod tradițional, se face cu miel, verdeață, ierburi proaspete și se drege cu un sos de ouă și lămâie, dar această versiune folosește ciuperci în loc de carne și făină de porumb pentru a crea textura dată de ou.

**Pasul 1.** Pune spanacul și salata verde într-o oală mare cu puțină apă fiartă și presează-le ușor cu o spatulă, până când se ofilesc.

**Pasul 2.** Aduagă ciupercile, prazul, ceapa și ierburile aromatice.

**Pasul 3.** Toarnă puțină apă clocotită sau supă de legume, doar cât să acopere ingredientele și lasă supa de ciuperci să fiarbă.

**Pasul 4.** Când este gata, toarnă uleiul de măsline și zeama de lămâie și condimentează cu sare și piper.

**Pasul 5.** Într-un castron, combină făina de porumb cu 5 linguri de supă.

**Pasul 6.** Toarnă ușor amestecul în supă, amestecând.

**Pasul 7.** Mai lasă la fiert până se îngroașă supa, apoi ia-o de pe foc.

**Autor:** Teo Dinescu

**Mai multe rețete de la acest autor**

**Vezi mai multe rețete si sfaturi utile din aceasta categorie:**

---

Magiritsa, supa cremă de ciuperci grecească

Stand 01.09.2023