

| PŠTROSÍ VÝPEČKY S LISTOVÝM ŠPENÁTEM |

1 kg	pštrosího steaku nakrájeného na kostky 3x3 cm	2	cibule nakrájené nadrobno
150 g	slaniny nakrájené nadrobno	½ lžičky	drceného kmínu
6	lisovaných stroužků česneku		sůl
			pepř

Maso důkladně osolíme, opeříme, posypeme drceným kmínem a potřeme česnekem. Na dno pekáčku rozprostřeme cibuli a položíme na ni maso. Podlijeme 250 ml vody a pečeme v troubě rozehřáté na 160 stupňů zhruba 2 hodiny – až je maso měkké. Maso občas promícháme, aby se jednotlivé kousky opekly rovnoměrně. Kdyby se cibulka během pečení připalovala, můžeme přilít ještě trochu vody.

Špenát

1	lžíce sádla	500 g	listového špenátu, může být i mražený
1	menší cibule nakrájená nadrobno	100 ml	smetany
			česnek

Cibuli opečeme na sádle dozlatova. Přidáme špenát, podlijeme smetanou, osolíme, opeříme a přiklopíme. Zahříváme tak dlouho, až špenát povolí. Nakonec ochutíme česnekem.