

Γίγαντες με σπανάκι και μυρωδικά

/ [Επιστήμες](#)



Υλικά

- **500 γραμμ.** γίγαντες
- **750 γραμμ.** σπανάκι
- **5-6** φρέσκα κρεμμυδάκια ψιλοκομμένα
- **1** πράσο ψιλοκομμένο
- **1** ξερό κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- **1 ματσάκι** άνηθος
- **1 ματσάκι** μαϊντανός
- **800 γραμμ.** (ή **2 συσκευασίες για τα κονκασέ**) ψιλοκομμένες ντομάτες ή ντοματάκια κονκασέ
- **1 φλ. τσαγιού** ελαιόλαδο
- **3 κ.σ.** φρυγανιά
- αλάτι
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι

[\(περισσότερα...\)](#)