

Cuketa v sýrové omáčce



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 30min , Porce: 4

234 kalorií , **0 g** cukrů , **18 g** tuků , **6 g** bílkovin

Autor: Marsylie

Odkaz: <https://srecepty.cz/cuketa-v-syrove-omacce>

Příprava

Cuketu omyjeme, zbavíme části dužiny a nakrájíme na větší kostky. Blanšírujeme na másle 5 minut. Přidáme sýry spolu se mlékem a dusíme do měkka. Dochutíme steakovým kořením, pepřem a solí. Na konec zjemníme smetánkou. Podáváme jako zeleninovou přílohu k masu, k bramborám nebo jako směs na špagety.

Ingredience

- 1 větší cuketa
- 1 lžíce másla
- tavený sýr Apettito
- 4 plátky sýru Gouda
- 2 smetánky do kávy (2 x 10 g)
- 200 ml plnotučného mléka
- špetka soli
- pepř
- steakové koření

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Mléčné výrobky a vejce , Zelenina, Příloha, Pomocné recepty

