

Cuketový závin



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 50min , Porce: 12

378 kalorií , **20 g** cukrů , **22 g** tuků , **20 g** bílkovin

Autor: linkinkatka

Odkaz: <https://srecepty.cz/cuketovy-zavin>

Příprava

Na trošce oleje osmažíme pokrájenou cibuli. Přidáme cuketu a dusíme, dokud se nevypaří všechna voda. Nesolit! Pak k cuketě nadrobíme sýr a mícháme, dokud se nerozpustí. Přidáme vejce a za stálého míchání necháme srazit. Odstavíme a necháme vychladnout. Těsto rozpůlíme. Každou polovinu vyválíme na obdélník. Potřeme polovinou cuketové směsi, opepříme, na kraj položíme párky nebo klobásy a zavineme. Přeneseme na plech s papírem na pečení. Potřeme rozšlehaným žloutkem nebo vejcem a posypeme semínky. Vložíme do trouby vyhřáté na 220°C a pečeme asi 20 minut.

Ingredience

- 500 g listového těsta
- 1 kg nastrohané cukety
- 1 cibule
- 3 vejce
- 150-200 g Nivy
- troška mletého pepře
- párky nebo klobásky
- 1 žloutek nebo vejce na potřetí
- 1-2 lžičce oleje
- hrst sezamového semínka

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Předkrm

