

Ďábelská kotletka



Obtížnost:

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 50min , Porce: 4

220 kalorií , 30 g cukrů , 0 g tuků , 10 g bílkovin

Autor: Roxana

Odkaz: <https://srecepty.cz/dabelska-kotletka>

Příprava

Oloupanou cibuli nakrájíme na tenká kolečka a rozložíme na vymazaný pekáč. Rajčata nakrájíme na plátky a položíme na cibuli. Kotlety naklepeme, osolíme, opepříme mletým pepřem, potřeme olejem a rozložíme na rajčata. Posypeme uvedeným kořením - oregano, bazalka, cayenský pepř, a upečeme dozlatova, asi 20 minut v roztopené troubě na 200° C. Poté vyndáme z trouby, posypeme mletým barevným pepřem a necháme přikryté asi 10 minut odležet a vsáknout vůni čerstvého pepře.



Tip k receptu

Nejraději připravuji jídlo v římském hrnci, nemá to chybu nebo zapékacím pekáči než ve smaltovaném. Osobně jsem recept ještě upravila sojovými omáčkami, jak normální, tak sladkou.



Ingredience

- ✓ 4 plátky kotlety
- ✓ 2 velké cibule
- ✓ 1 kg rajčat
- ✓ 1/2 dcl olivového oleje
- ✓ 1 lžice oregana
- ✓ špetka bazalky
- ✓ špetka cayenského pepře
- ✓ špetka barevného pepře
- ✓ špetka mletého tmavého pepře
- ✓ sůl dle potřeby

Kategorie

Výjimečný den, Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod