

Hrníčkový smažený sýr bez smažení



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 50min , Porce: 2

719 kalorií , **1 g** cukrů , **39 g** tuků , **68 g** bílkovin

Autor: Ajaja

Odkaz: <https://srecepty.cz/hrnickovy-smazeny-syr-bez-smazeni>

Příprava

Připravíme si 6 hrníčků. Hrníčky vymažeme tukem a vysypeme strouhankou. Sýr nastrouháme, šunku nadrobno nakrájíme. Na dno vysypaného hrníčku nasypeme vrstvu strouhaného sýra, na ni přidáme vrstvu šunky a navrch rozklepneme vejíčko. Opět pokračujeme - tentokrát vrstvou šunky a končíme vrstvou sýra. Hrníčky vložíme do pekáčku, kam jsme nalili horkou vodu tak, aby dosahovala do poloviny hrníčků. Pečeme při 220°C cca 20 minut. Upečený sýr vyklopíme na talíř, přidáme přílohu a podáváme.

Ingredience

- 150 g tvrdého sýra
- 200 g šunky
- 6 ks vajec
- kousek ztuženého pokrmového tuku
- trocha strouhanky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

