

Jehly se žampióny

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

719 kalorií , **0 g** cukrů , **45 g** tuků , **84 g** bílkovin

Autor: Romana Jakoubková

Odkaz: <https://srecepty.cz/jehly-se-zampiony>

Příprava

Omyté a osušené maso nakrájíme na kostky. Žampiony očistíme, cuketu nakrájíme na plátky, očištěnou papriku na kostky. Na jehly střídavě napichujeme žampiony, maso, cuketu a papriku. Suroviny na jehlách potřeme osoleným olejem a hustě posypeme hrubě mletým pepřem. Jehly se žampiony na grilu nebo v troubě opékáme ze všech stran asi 15 – 20 minut.

Tip k receptu

Jehly se žampiony podáváme černým pečivem a ochuceným máslem.

Ingredience

- 400 g hovězí svíčkové
- 1 cuketa
- 1 červená paprika
- 16 žampionů
- 2 lžíce olivového oleje
- 2 lžičky drceného barevného pepře
- sůl

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Jídlo na každý den, Návštěva, Párty občerstvení