

Kotlety zapékané se sýrem



Obtížnost: 

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 50min , Porce: 4

22 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 1 g bílkovin

Autor: kaccka

Odkaz: <https://srecepty.cz/kotlety-zapekane-se-syrem>

Příprava

Ze 4 kotlet uděláme přírodní řízky, které hotové položíme na vymaštěný plech. Na každou kotletu dáme houby zahuštěné Solamylem (lžička Solamylu rozpuštěná ve lžici studené vody a lžičky sójové omáčky). Každou porci přikryjeme plátkem sýra a dáme zapéci do trouby. Jakmile se sýr rozpustí, ihned podáváme.

Ingredience

- ✓ 4 vepřové kotlety
- ✓ 1 lžící vody
- ✓ 1 lžičku Solamylu
- ✓ 1 lžičku sojové omáčky
- ✓ 4 plátky Eidamu (Edamu)
- ✓ 2 lžice ztuženého pokrmového tuku
- ✓ 1 konzervu hub
- ✓ pepř
- ✓ sůl

Kategorie

Obyčejný den, Anglosaská, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Klasika, Rodina, Hlavní chod