

Květáková musaka s těstíčkem



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 50min , Porce: 1

354 kalorií , **15 g** cukrů , **23 g** tuků , **17 g** bílkovin

Autor: Kateřina Růžičková

Odkaz: <https://srecepty.cz/kvetakova-musaka-s-testickem>

Příprava

Menší růžice květáku a košťál rozkrájený na kolečka obalujeme v těstíčku z 1/2 vejce, mouky a mléka. Smažíme dozlatova na rozpáleném tuku. V tomtéž oleji osmahneme dobře pokrájenou cibulku, přidáme mleté maso, osmažíme je a do mírně prochludlé směsi vmícháme 1/2 vejce, sůl, pepř. Do vymaštěné nádoby vkládáme střídavě vrstvy květáku a mletého masa, tak aby na povrchu byl květák. Musaku zalijeme 1/2 vejce rozšlehaného ve smetaně, pokapeme máslem a pečeme v troubě.

Ingredience

- ✓ 10 g cibule
- ✓ 60 g květáku (uvařený do poloměkka)
- ✓ 10 g másla
- ✓ 0,15 dcl mléka
- ✓ 30 g mletého masa
- ✓ 20 g hladké mouky
- ✓ troška pepře
- ✓ špetka soli
- ✓ 10 g tuku
- ✓ 1,5 vejce
- ✓ 0,15 dcl zakysané smetany

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Maso, Zelenina, Hlavní chod

