

Masové špízy s bramborami



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

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

1602 kalorií , **0 g** cukrů , **20 g** tuků , **6 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/masove-spizy-s-bramborami>

Příprava

Co nejmenší brambůrky uvaříme do poloměkka. Maso nakrájíme na kousky a okořeníme. Cuketu a papriky nakrájíme na stejně velké kousky. Vše střídavě napichujeme na špejle a poté potřeme olejem a posypeme bylinkami. Grilujeme ze všech stran za průběžného potírání olejem.



Tip k receptu

Brambory použijeme co nejmenší, anebo nakrájíme na kousky. Papriky použijeme různých barev.

Ingredience

- ✓ 500 g vepřové plece
- ✓ 300 g brambor
- ✓ 3 lžíce olivového oleje
- ✓ 3 ks papriky
- ✓ 1 ks cukety
- ✓ 2 lžičky grilovacího koření
- ✓ 1 lžička soli
- ✓ 1 lžička rozmarýnu
- ✓ 1 lžička tymiánu (Mateřídouška obecná)
- ✓ 1 lžička petrželové natě

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Zelenina, Hlavní chod

