

Pečené fazole



Obtížnost: □□□□□

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

1730 kalorií , **24 g** cukrů , **29 g** tuků , **105 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/pecene-fazole>

Příprava

Fazole namočíme přes noc do vody. Poté vaříme 50 minut doměkka. Na olivovém oleji opečeme najemno nakrájenou cibuli a česnek. Přidáme rajčatový protlak a pár minut vaříme na mírném plameni. Poté přidáme ostatní ingredience (rajčata oloupeme a nakrájíme na kostičky), kromě fazolí. Ty přidáme až po 3 minutách vaření. Vše přeneseme do zapékací misky a pečeme 20 minut na 180 °C nepřiklopené. Do trochu zchlazené směsi přidáme petrželku a zamícháme. Podáváme pokapané olejem.

▣ Tip k receptu

Můžeme podávat teplé i při pokojové teplotě.

Ingredience

- 400 g fazolí
- 800 g rajčat
- 3 lžíce olivového oleje
- 2 lžíce rajčatového protlaku
- 2 lžíce petrželové natě
- 1 ks cibule
- 2 stroužky česneku
- 1 špetka skořice
- 1 lžička cukru krystalu
- 1 lžička oregana

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Luštěniny, Hlavní chod

