

Plněné žampióny s tvarůžky



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 50min , Porce: 2

826 kalorií , 0 g cukrů , 48 g tuků , 80 g bílkovin

Autor: Jana Smidži

Odkaz: <https://srecepty.cz/plnene-zampiony-s-tvaruzky>

Příprava

Žampióny oloupeme a kloboučky oddělíme od nožiček. Na másle osmažíme cibuli nakrájenou na drobno, přidáme pokrájené nožičky žampiónů, pokrájenou šunku, sůl, kmín a podusíme do měkka. Zalijeme rozšlehanými vejčičky a necháme je ztuhnout. Směs vychladíme a pak do ní přimícháme najemno nastrouhané tvarůžky. Vzniklou hmotou naplníme kloboučky žampiónů a posypeme strouhaným parmazánem. Dáme do máslem vymazané zapékačkové misky a zapečeme v troubě asi 20 minut při 180 stupních.



Tip k receptu

Místo žampiónů můžeme stejně připravit třeba rajčata.



Ingredience

- ✓ 300 g žampiónů
- ✓ máslo
- ✓ 1 menší cibule
- ✓ 50 g šunky
- ✓ 3 vejce
- ✓ 100 g tvarůžků
- ✓ 50 g parmazánu
- ✓ sůl
- ✓ drcený kmín

Kategorie

Česká, Celoročně, Houby, Labužník, Předkrm