

# Špagety s uzenými šproty



Obtížnost:

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 12min  
Celkový čas: 17min , Porce: 2

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

Autor: notburga

Odkaz: <https://srecepty.cz/spagety-s-uzenymi-sproty>

## Příprava

Špagety dáme vařit podle návodu. Cibuli a česnek nadrobno nakrájíme. Slijeme olej ze šprotů, rozpálíme ho na pánvičce a osmažíme česnek a cibuli dorůžova. Přidáme tymián a když zavoní, vsypeme šproty. Varečkou je na pánvičce rozsekáme na menší kousky, podlijeme trochou vody a asi 3 minuty dusíme. Špagety scedíme a smícháme se šprotovou omáčkou. Podáváme teplé.

## Ingredience

- ✓ 2 hrsti špaget
- ✓ 1 balení uzených šprotů v oleji
- ✓ 2 cibule
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ 1 lžice tymiánu (Mateřídoušky obecná)

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Obiloviny, těstoviny a rýže, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod