

Starořecké špízy

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 35min
Celkový čas: 45min , Porce: 4

1344 kalorií , **0 g** cukrů , **134 g** tuků , **36 g** bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/starorecke-spizy>

Příprava

Maso a anglickou slaninu nakrájíme na kostičky, cibuli nakrájíme na kolečka. A střídavě napichujeme na jehly. Do misky dáme 5 lžic olivového oleje, 4 lžíce grilovacího koření a promícháme. Touto směsí potřeme špízy a dáme péct zhruba na 30 minut do vyhřáté trouby, pečeme při 160 °C.

Ingredience

- 250 g vepřového masa
- 2 ks cibule
- 100 g anglické slaniny
- 1 lžička grilovacího koření
- 5 lžic olivového oleje

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Finančně nenáročné,
Maso, Hlavní chod