

# Těstoviny s brokolicí a vínovo - smetanovou omáčkou



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 10min  
Celkový čas: 20min , Porce: 2

**1549** kalorií , **12 g** cukrů , **17 g** tuků , **48 g** bílkovin

**Autor:** uschi3

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/testoviny-s-brokolicí-a-vínovo-smetanovou-omáčkou>

## Příprava

Těstoviny uvaříme v osolené vodě dle návodu. Brokolici očistíme, rozdělíme na malé ružičky a na oleji je orestujeme. Přilijeme bílé víno, smetanu, nastrohaný sýr a mícháme do rozpuštění. Nakonec dle potřeby zahustíme moučkou rozmíchanou s trochou vody. Dochutíme solí a pepřem, promícháme s těstovinami a podáváme.

### Tip k receptu

Místo obyčejného tvrdého sýra jde použít jakýkoliv sýr, který máte rádi.

## Ingredience

- 1/2 hlávky brokolice
- 400 g uvařených těstovin /špagety/
- asi 50 g strouhaného sýra
- asi 50 ml bílého vína
- 250 ml sladké smetany /stačí kolem 12 %/
- špetka škrobové moučky
- špetka soli
- špetka barevného pepře
- 1 lžíce slunečnicového oleje

## Kategorie

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

