

# Treska zapečená se sýrem a brokolicí



Obtížnost: 

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 35min , Porce: 4

**375** kalorií , **0 g** cukrů , **27 g** tuků , **31 g** bílkovin

**Autor:** Evík

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/treska-zapecena-se-syrem-a-brokolici>

## Příprava

Pekáček vyložíme pečícím papírem, poklademe okořeněnými kousky tresky, přidáme na malinké růžičky nakrájenou a spařenou brokolici a vložíme do středně vyhřáté trouby. 10 minut před koncem pečení posypeme strouhaným sýrem.

## Ingredience

- ✓ 4 tresky
- ✓ 120 g eidamu (Edam)
- ✓ 1 brokolice
- ✓ troška pepře
- ✓ troška koření na ryby

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Ryby a dary moře, Klasika, Rodina, Hlavní chod