

Uzené maso zapečené se špenátem



Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

978 kalorií , **1 g** cukrů , **52 g** tuků , **34 g** bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/uzene-maso-zapecene-se-spenatem>

Příprava

Špenátový protlak osolíme, ochutíme pepřem a utřeným česnekem a promícháme s uzeným masem nakrájeným na kostičky. Směs dáme do vymazané a strouhankou vysypané zapékací misky, prohřejeme v troubě, pak zalijeme vejci rozšlehanými s mlékem a strouhaným sýrem a pečeme, až zálivka ztuhne. Podáváme s brambory.

Ingredience

- ✓ 500 g špenátového protlaku
- ✓ 200 g uvařeného uzeného masa
- ✓ 5 lžic olivového oleje
- ✓ 5 lžic strouhanky
- ✓ 2 vejce
- ✓ 2 dcl mléka
- ✓ 4 lžíce strouhaného Eidamu (Edamu)
- ✓ 4 stroužky česneku
- ✓ špetka soli
- ✓ špetka pepře

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Klasika, Rodina, Hlavní chod