

Vegetariánský houbový Kuba



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 12h 10min , Čas vaření: 1h 20min

Celkový čas: 13h 30min , Porce: 4

954 kalorií , **0 g** cukrů , **2 g** tuků , **22 g** bílkovin

Autor: Vera

Odkaz: <https://srecepty.cz/vegetariansky-houbovy-kuba>

Příprava

Hříbky namočíme přes noc, stejně jakou kroupy (zkrátí se tak doba jejich vaření). Houby pak uvaříme s troškou soli do poloměkka. Kroupy uvaříme zvlášť s troškou soli a kmínem. Mezitím rozežřejeme troubu na 170°C. Oloupeme cibuli, nakrájíme ji nadrobno a osmahneme na tuku. Vše smícháme do pekáčku, přidáme prolisovaný česnek, nové koření, pepř, sůl a majoránku a zamícháme. Dáme zapéci.

▣ Tip k receptu

Můžeme přimíchat i vodu z hub.

Ingredience

- 2 hrsti sušených hříbků
- 250 g kroup
- 1 cibule
- 2 lžíce tuku
- 3 stroužky česneku
- 1 lžička drceného kmínu
- 1 lžička majoránky
- troška nového koření
- pepř
- sůl

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Obiloviny, těstoviny a rýže, Jídlo na každý den, Vegetarián, Hlavní chod

