

Vrtule zapečené s tvarohem, hráškem a šunkou



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 35min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 25min , Porce: 4

2083 kalorií , **12 g** cukrů , **79 g** tuků , **111 g** bílkovin

Autor: Evík

Odkaz: <https://srecepty.cz/vrtule-zapecene-s-tvarohem-hraskem-a-sunkou>

Příprava

Vrtule uvaříme podle návodu na skus a hned je zprudka zchladíme ledovou vodou a necháme okapat. Mrkev a cibuli oloupeme a nakrájíme na kostičky. Máslo rozpustíme v hrnci a na něm nakrájené kostičky mrkve a cibule necháme asi 5 minut podusit. Hrášek krátce spaříme ve vroucí vodě a hned poté zprudka zchladíme. Tím si zachová krásnou zelenkavou barvu. Necháme dobře okapat. Šunku si nakrájíme na kostičky. Zapékačí formu si vymažeme. Poté smícháme tvaroh s creme fraiche a s rozkvedlanými vejci a osolíme, opeříme a ochutíme tymiánem. Všechny přísady si smícháme ve velké míse a poté dáme do zapékačí formy a pečeme v předehřáté troubě asi 30 minut na 170°C.

Ingredience

- 250 g těstovin-vrtulí
- špetka soli
- 150 g mrkve
- 1 cibule
- 1 lžíce másla
- 150 g mraženého hrášku
- 250 g šunky
- 250 g odtučněného tvarohu
- 150 g crème fraîche
- 2 vejce
- špetka pepře
- špetka tymiánu (Mateřídouška obecná)
- 50 g tuku

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Obiloviny, těstoviny a rýže, Rodina, Hlavní chod

