

Žampionové špagety



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 45min , Porce: 3

1861 kalorií , **1 g** cukrů , **56 g** tuků , **35 g** bílkovin

Autor: mrak

Odkaz: <https://srecepty.cz/zampionove-spagety>

Příprava

Špagety uvaříme ve slané vodě a scedíme. Na oleji osmažíme nakrájenou cibulku a česnek, na plátky nakrájené žampiony a na nudličky nakrájený salám. Přidáme vegetu, trochu podlejeme vodou a dusíme do měkka, potom přidáme protlak. Zahustíme hl.moukou rozšlehanou v trošce vody a lehce povaříme. Podle chuti dosolíme. Špagety na talířích zalejeme omáčkou a posypeme strouhaným sýrem.

Ingredience

- 200 g žampionů
- 300 g špaget
- 1 ks cibule
- 2 stroužky česneku
- 1 konzerva rajčatového protlaku
- 150 g měkkého salámu
- 100 g strouhaného sýra
- 1 lžíce hladké mouky
- 1 lžička Vegety
- 2 lžíce slunečnicového oleje

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročné, Houby, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod

