

Zapečené brambory s tvarohem - tzv. "krizovky"



Obtížnost:

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

1216 kalorií , 12 g cukrů , 49 g tuků , 21 g bílkovin

Autor: Roxana

Odkaz: <https://srecepty.cz/zapecene-brambory-s-tvarohem-tzvkrizovky>

Příprava

Brambory oškrábeme, opláchneme ve studené vodě a osušíme. Pak je nakrájíme na silnější nudle (slabší hranolky - pro příklad), podusíme na másle a rozložíme do vymazané misky z varného skla. Tvarohy smícháme s pořádně rozšlehanými žloutky, případně zředíme mlékem, rozmícháme a osolíme. Přidáme kečup a papriku a navršíme sníž z bílků. Zalijeme tvarohovým krémem a v rozehřáté troubě na 180 st. asi 15 minut zapečeme.



Tip k receptu

Hodí se zelený salát jako příloha.



Ingredience

- ✓ 1 kg brambor
- ✓ 4 lžíce másla
- ✓ 250 g tvarohu
- ✓ 2 vejce
- ✓ 4 lžíce kečupu
- ✓ 1 lžička mleté papriky
- ✓ sůl dle potřeby
- ✓ mléko dle potřeby

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Diabetická, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Jídlo na každý den, Děti do 5 let, Chudý student, Rodina, Hlavní chod