

Zapečené kuřecí maso

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 4

2558 kalorií , **0 g** cukrů , **179 g** tuků , **195 g** bílkovin

Autor: Alirtecka

Odkaz: <https://srecepty.cz/zapecene-kureci-maso>

Příprava

Kuřecí řízků opláchneme a pak je jemně naklepeme, osolíme a opepříme česnekovým kořením. Cibuli oloupeme a nakrájíme na kolečka. Anglickou slaninu nakrájíme na plátky. Tvrdý sýr na struhadle nahrubo nastrouháme. Pekáček vymažeme olivovým olejem a klademe do něj postupně kuřecí maso, slaninu, kolečka cibule a povrch posypeme strouhaným sýrem. Tento postup zopakujeme ještě jednou. nakonec směs posypeme ještě sýrem, dobře ji rukama stlačíme a necháme přibližně 10 minut uležet v lednici. Pak pekáček vytáhneme z lednice, přikryjeme ho alobalem a vložíme do předehřáté trouby. Pečeme přibližně 20 minut na 220°C, potom alobal odkryjeme a pečeme ještě dalších 15 minut. Zapečené maso podáváme se zeleninovým salátem a různě upravenými brambory. Nebo můžeme jednotlivé porce masa na talíři ozdobit vařenou zeleninou.

Ingredience

- 500 g kuřecích řízků
- 200 g anglické slaniny
- 3 cibule
- 300 g strouhaného tvrdého sýra Eidam (Edam)
- špetka česneku - sušené kořenící směsi
- špetka soli
- 20 ml olivového oleje

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Drůbež a králík, Klasika, Rodina, Hlavní chod