

Zapečené špagety s mletým masem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 4

1097 kalorií , **1 g** cukrů , **60 g** tuků , **129 g** bílkovin

Autor: pink.verca

Odkaz: <https://srecepty.cz/zapecene-spagety-s-mletym-masem>

Příprava

Na usmaženou cibuli přidáme mleté maso a necháme podusit, než maso pustí šťávu. Dále přidáme česnek, papriku, kmín, majoránku, worčestrovou omáčku, maggi a kečup. Vše necháme podusit (asi 20 min). Pak směs vlijeme na uvařené a scezené špagety (do osolené vroucí vody vložíme špagety a vaříme cca 15 min), dobře směs promícháme. Vše dáme do máslem vymazaného pekáčku, posypeme sýrem a necháme zapéct v troubě při 150°C na 30 minut.

Ingredience

- 1 balení špaget
- 600 g hovězího mletého masa
- 2 cibule
- 4 stroužky česneku
- 1 lžička mleté papriky
- troška kmínu
- troška majoránky
- 3 kapky worcesterské omáčky
- 3 lžičky polévkového tekutého koření
- troška kečupu
- kousek másla
- 1 balení strouhaného sýru

Kategorie

Obyčejný den, Italská, Celoročně, Finančně nenáročná, Klasika, Rodina, Hlavní chod

