

Zapečené těstoviny se zeleninou a houbami



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

2097 kalorií , **15 g** cukrů , **33 g** tuků , **63 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/zapecene-testoviny-se-zeleninou-a-houbami>

Příprava

Těstoviny uvaříme na skus. Kuřecí maso nakrájíme na nudličky, osolíme, opepříme a opečeme na oleji. Po chvíli přidáme na kolečka nakrájenou cuketu, houby, papriku, utřený česnek a nasekanou jarní cibulku. Chvilí restujeme. Kuřecí maso se zeleninou smícháme s těstovinami a pořádně promícháme. Dáme do pekáčku a nalijeme na to zakysanou smetanu a posypeme oreganem. Pečeme 15 minut na 180 °C.

Ingredience

- ✓ 500 g těstovin
- ✓ 100 ks hub
- ✓ 500 g zakysané smetany
- ✓ 4 ks kuřecích prs
- ✓ 1 ks cukety
- ✓ 2 ks papriky (kapie)
- ✓ 4 stroužky česneku
- ✓ 4 ks jarní cibulky
- ✓ 7 g soli
- ✓ 7 g pepře
- ✓ 7 g oregana
- ✓ 4 lžíce olivového oleje

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Drůbež a králík, Obiloviny, těstoviny a rýže, Hlavní chod

