

Zapečený nákyp z cuket Rox



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 35min , Porce: 6

1553 kalorií , **1 g** cukrů , **61 g** tuků , **65 g** bílkovin

Autor: Roxana

Odkaz: <https://srecepty.cz/zapeceny-nakyp-z-cuket-rox>

Příprava

Mladé cukety neloupeme a nastrouháme i se slupkou nahrubo, rovněž nahrubo nastrouháme oloupaný syrový brambor a cibuli. Maso pokrájíme na kostičky, přidáme nastrouhanou Nivu, mouku, rozpuštěné sádlo, vejce, prolisovaný česnek a podle chuti osolíme a okořeníme. Hotovou směs rozetřeme na vymaštěný a vysypaný pekáč a pečeme v troubě při 200°C do růžova, cca asi 15 -20 minut.

Tip k receptu

Výborný je se zeleninovým salátem, dá se jíst i za studena.

Ingredience

- 2 střední cukety
- 25 dkg vařeného uzeného masa
- 15 dkg Nivy
- 1 střední cibule
- 2 lžíce sádla
- 3 vejce
- 4 stroužky česneku
- 1 brambor
- 1/2 lžičky kmínu
- 1 lžíce soli
- 1/2 lžičky pepře
- 1,5 - 2 lžičky majoránky
- 10 lžíc polohrubé mouky

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Rychlovka

