

Zapečený pórek



Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 25min

Celkový čas: 40min , Porce: 4

40 kalorií , 0 g cukrů , 3 g tuků , 2 g bílkovin

Autor: Jana Langrová

Odkaz: <https://srecepty.cz/zapeceny-porek>

Příprava

Rozpalte troubu na 180°C. Pórek povařte asi čtyři až pět minut v osolené vodě, až zkřehne; nesmí se ale rozvařit. Slijte a hned zchladte ve studené vodě, aby dál neměkl, a nechte okapat. Každý pórek obalte v plátku šunky a vzniklé balíčky naskládejte do zapékací misky. Sýr důkladně promíchejte s hořčicí a kysanou smetanou. Okořeňte a směsí přelijte pórků. Pečte nezakryté, aby povrch lákavě zezlátl; trvá to čtvrt hodiny až dvacet minut.



Ingredience

- ✓ 8 menších pórků (jen bílá část)
- ✓ 8 plátků šunky
- ✓ 100 g strouhaného sýra
- ✓ 2 lžíce Dijonské hořčice
- ✓ 6 lžic zakysané smetany

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Zelenina, Rychlovka, Štíhlá slečna, Hlavní chod