

Zapékané vepřové maso s lilky



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 1h 15min
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 4

3944 kalorií , **19 g** cukrů , **332 g** tuků , **183 g** bílkovin

Autor: Milena

Odkaz: <https://srecepty.cz/zapekane-veprove-maso-s-lilky>

Příprava

Z rajčat, rajčatového protlaku, zeleninového bujónu, vína, česneku, cibule, 5 lžic rostlinného oleje, citrónové šťávy, cukru, oregana, pepře a soli si připravíme rajčatovou omáčku na zapékání (viz související recepty).

Lilky očistíme, nakrájíme na plátky, osolíme a necháme 30 minut odležet, aby pustily nahořklou šťávu. Opláchneme pod studenou tekoucí vodou a dáme do vroucí vody, vaříme 1 minutu. Poté plátky necháme okapat a osušíme. Polovinu plátků nakrájíme na tenké nudličky.

Na rozehrátém oleji za stálého míchání osmažíme mleté vepřové maso, dokud nezezlátne. Přidáme nakrájené lilky na nudličky a vaříme 10 minut. Přidáme pepř a sůl dle chuti.

Do vymazané zapékací misky dáme plátky lilků tak, aby zakryly celé dno. Přidáme 1/2 rajčatové omáčky, rovnoměrně rozetřeme a zakryjeme 1/2 množství nakrájené mozzarely na tenké plátky. Posypeme masovou směsí, kterou zakryjeme zbývajících plátky mozzarely. Přidáme zbýající rajčatovou směs, rovnoměrně rozetřeme a posypeme nastrohaným eidamem. Pečeme 45 minut v předehřáté troubě na 180 °C.

Ingredience

- 4 lilky
- 9 lžic rostlinného oleje
- 400 g mozzarely
- 100 g eidamu (Edamu)
- sůl
- pepř
- 450 g vepřového mletého masa
- 500 g rajčat
- 500 ml zeleninového bujónu
- 150 ml bílého vína
- 5 stroužků česneku
- 2 cibule
- 3 lžíce citrónové šťávy
- 1 lžíce cukru krystalu
- 1 lžička sušeného oregana
- 300 ml rajčatového protlaku

Kategorie

Obyčejný den, Řecká, Léto, Finančně náročnější, Maso, Zelenina, Klasika, Rodina, Hlavní chod

