

Zapékaný pórek se strouhankou



Obtížnost:

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

1536 kalorií , **0 g** cukrů , **83 g** tuků , **12 g** bílkovin

Autor:

Odkaz: <https://srecepty.cz/zapekany-porek-se-strouhankou>

Příprava

Pórek řádně očistíme, nařežeme podélně dle velikosti kastrolu a svážeme nití, aby se nerozpadal. Ve slané vodě jej vaříme doměkka, necháme okapat a narovnáme do máslem vymaštěné zapékačké misky či kastrolu. Vrstva by měla být asi 3 cm vysoká. Strouhanku osmažíme na troše másla a pórek v míse posypeme. Nejemno nastrouháme Ementál a posypeme. Lze použít sýr libovolné chuti a v předehřáté troubě zprudka zapečeme na nejvyšší teplotu dozlatova.



Tip k receptu

Je to oblíbená zelenina francouzů, ale dnes se používá takřka všude. Jako přílohu můžeme podávat bílý chléb - předkrm, lze připravit i jako hlavní jídlo s masem, kde slouží jako příloha.

Ingredience

- ✓ 6 pórků
- ✓ 150 g Ementálu
- ✓ 100 g strouhanky
- ✓ 100 g másla
- ✓ 1 lžička soli

Kategorie

Obyčejný den, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod