

Zapékaný pórek



Obtížnost:     

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 35min , Porce: 2

293 kalorií , 0 g cukrů , 32 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: planeta

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

Příprava

Dobře očištěné a omyté středně velké pórký vložíme do vymazané ohnivzdorné misky, osolíme, posypeme kořením, zalijeme šálkem vývaru z masa a 20 minut dusíme. Potom na pórek položíme plátky sýru, přikryjeme pokličkou a dusíme na velmi mírném ohni (až do rozpuštění sýru).



Tip k receptu

Podáváme s vařenou šunkou nebo uzeným masem a vařenými brambory sypanými sekanou petrželkou. Jako přílohu přidáme čerstvá rajčata.



Ingredience

- ✓ 2 pórký
- ✓ 2 plátky sýra
- ✓ 400 g uzeného masa
- ✓ 40 g másla
- ✓ 1 lžička Vegety kari
- ✓ 1 šálek vývaru z kostí

Kategorie

Obyčejný den, Redukční, Jaro, Zelenina, Rodina, Štíhlá slečna, Hlavní chod