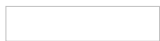


Zelný prejt



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 4

1451 kalorií , **0 g** cukrů , **15 g** tuků , **49 g** bílkovin

Autor: Mall

Odkaz: <https://srecepty.cz/zelný-prejt>

Příprava

Zelí očistíme,nakrájíme na drobné nudličky a spaříme vroucí vodou. Necháme okapat, vsypeme do mísy, přidáme najemno nakrájený salám, housku namočenou v mléce, vejce, nadrobno nakrájenou cibuli, sůl, česnek a ostatní koření dobře promícháme. Zapékací mísu nebo pekáček vytřeme sádlem (olejem) , vsypeme strouhankou, rozložíme připravenou směs a v troubě dokřupava zapečeme. Podáváme s brambory nebo jen tak samotné.

Ingredience

- 250 g hlávkového zelí
- 20 dkg měkkého salámu
- 2 vejce
- 1-2 housky
- 1,5 dcl mléka
- 1 menší cibule
- sůl
- česnek
- majoránka
- mletý pepř
- zázvor
- nové koření
- 1 lžíce sádla (oleje)
- strouhanka

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod