

Cestoviny zapečené s mäsom a špenátom

Počet porcií: 2

Čas prípravy: 45 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Cestoviny uvaríme v slanej vode, prepláchneme studenou vodou a premiešame s trochou oleja. Bravčové mäso nakrájame na kúsky, osolíme, posypeme rascou a na troche oleja opečieme. Potom pridáme vodu a dusíme mäso domäkka. Na oleji osmažíme cibuľu a pridáme zmrazený špenát. Chvíľu podusíme a premiešame s mäsom a cestovinami. Všetko dáme do tukom vymastenej zapekacej misky a zalejeme rozšľahaným vajcom, ktoré sme rozmiešali v mlieku. Zapečieme v rúre.

Ingrediencie

- **Dr. Halíř trvanlivé mlieko polotučné 1 l** - 100 g
- **Cibuľa voľná** - 30 g
- **Bravčové mäso (kotlety)** - 150 g
- **Pitná voda nesýtená** - 600 g
- **Olej repkový** - 30 g
- **Vajcia** - 50 g
- **Rasca** - 2 g
- **Špenát zmrazený** - 150 g
- **Kukuričné cestoviny - vretena 500 g** - 140 g
- **Jedlá soľ** - 4 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

