

Batátový nákyp s mletým mäsom

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 30 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Na oleji orestujeme mäso, cibuľu, pridáme batáty strúhané na hrubom strúhadle. Chvíľu restujeme, asi 3 minúty, a potom zalejeme smotanou, pridáme sekaný listový špenát, pokrájané paradajky a syr. Podľa chuti dosolíme a dokoreníme. Všetko povaríme asi 5 minút. Nalejeme do pekáčika a necháme zapieť.

Ingrediencie

- **TEKOVSKÝ SALÁMOVÝ SYR BLOK ÚDENÝ/NEÚDENÝ 200 g** - 80 g
- **Cibuľa voľná** - 160 g
- **Paradajky** - 400 g
- **Zemiaky sladké** - 400 g
- **Mleté mäso hovädzie** - 200 g
- **Olej repkový** - 20 g
- **Mleté čierne korenie** - 2 g
- **Smotana na šľahanie** - 200 g
- **Špenát zmrazený** - 100 g
- **Jedlá soľ** - 4 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

