



Zapékaný květák s bramborami a vejci

Jednoduchá sytá zapečená večeře z kvěťáku, brambor a vajec v mléčné zálivce.

Tento recept jsme vytvořili dříve a jeho slevy už skončily. Ceny a dostupnost surovin nemusí odpovídat aktuální nabídce. Aktuální recepty ze slev najdete na potravinka.cz/recepty.

#Večeře #Zapečené #Snadné

Vegetariánské

Alergeny: vejce, mléko, ořechy (orientačně podle surovin, vždy zkontrolujte obal)

⌚ Příprava 20 min · Vaření 40 min Nářočné 👤 4 porce 🔥 420 kcal/porce

Na porci: 0 19 g bílkovin ₴ 38 g sacharidů 0 22 g tuků

Suroviny

	Květák bílý 1 ks · 1 ks Potřeba: 1 ks	59,90 Kč 
	Brambory konzumní pozdní volné · 1000 g Potřeba: 600 g	24,90 Kč 
	Máslo 250g · 250g Potřeba: 40 g	19,90 Kč ↓ Nejnižší cena 
	Vejce M30 kusů podestýlka Potřeba: 4 ks	159,90 Kč 
	Pragolaktos Trvanlivé mléko 1,5% polotučné 1 l · 1 l Potřeba: 250 ml	9,90 Kč ↓ Nejnižší cena 

Co ještě přidat

	Solsanka Mořská sůl hrubozrnná 1 kg · 1 kg Potřeba: 1 lžička	32,90 Kč 
	Černý pepř mletý 20g · 20g Potřeba: 1/2 lžičky	11,90 Kč 



Vitana Muškátový ořech mletý 10g · 10g

Potřeba: 1 špetka

33,90 Kč



Postup

- 1 Brambory oloupejte, nakrájejte na plátky a květák rozdělte na růžičky.
- 2 Brambory a květák vložte do osolené vroucí vody a vařte 8 minut, pak slijte.
- 3 Máslem vymažte zapékací mísu a vyskládejte do ní brambory s květákem.
- 4 Vejce rozšlehejte s mlékem, solí, pepřem a muškátovým oříškem.
- 5 Zálivku nalijte na zeleninu, přidejte kousky zbylého másla a pečte při 180 °C asi 30 minut do zlatova.

Tip: Podávejte s bílým jogurtem nebo kysanou smetanou a posypte čerstvou pažitkou.



Otevři recept v telefonu

Naskenuj kód a měj recept i seznam surovin po ruce, s cenami a možností přidat vše do košíku.

