

Chlebík opékaný na italský způsob



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 30min , Porce: 4

552 kalorií , **0 g** cukrů , **62 g** tuků , **0 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/chlebik-opekany-na-italsky-zpusob>

Příprava

Plátky sendviča opečieme z jednej strany na rozpálenom oleji do zlata. Potom ich uložíme do zapekacej misy vymastenej maslom opečenou stranou nahor. Na každý kúsok položíme plátok syra rovnakej veľkosti ako sendvič, jednu sardinku a dve kolieska olúpaných rajčiakov. Okoreníme mletým čiernym korením a zapekáme v horúcej rúre.

Tip k receptu

Toto ľahké predjedlo zapijeme pivom.

Ingrediencie

- 8 plátků sendviče
- 8 sardinek
- 8 plátků uzeného sýra
- 4 oloupaná rajčata
- 50 ml rostlinného oleje
- lžíce másla na vymazani pekače
- troška mletého pepře

Kategorie

Obyčejný den, Italská, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročná, Rychlovka, Chudý student, Svačina

