

# Masové špízy s bramborami



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 40min , Porce: 4

**1602** kalorií , **0 g** cukrů , **20 g** tuků , **6 g** bílkovin

**Autor:** sonizna

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/masove-spizy-s-bramborami>

## Příprava

Co nejmenší brambůrky uvaříme do poloměkka. Maso nakrájíme na kousky a okořeníme. Cuketu a papriky nakrájíme na stejně velké kousky. Vše střídavě napichujeme na špejle a poté potřeme olejem a posypeme bylinkami. Grilujeme ze všech stran za průběžného potírání olejem.

### ▣ Tip k receptu

Brambory použijeme co nejmenší, anebo nakrájíme na kousky. Papriky použijeme různých barev.

## Ingredience

- 500 g vepřové plece
- 300 g brambor
- 3 lžíce olivového oleje
- 3 ks papriky
- 1 ks cukety
- 2 lžičky grilovacího koření
- 1 lžička soli
- 1 lžička rozmarýnu
- 1 lžička tymiánu (Mateřídouška obecná)
- 1 lžička petrželové natě

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Zelenina, Hlavní chod

