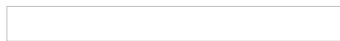


Masovo - rýžový nákyp



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 6

1632 kalorií , **0 g** cukrů , **110 g** tuků , **159 g** bílkovin

Autor: andrea92

Odkaz: <https://srecepty.cz/masovo-ryzovy-nakyp>

Příprava

Orestujeme si nasekanou slaninu. Když je slanina hotová vybereme ji z omastku a dáme si ji stranou. Nadrobno si nasekáme cibuli a dozlatova ji osmažíme na tuku ze slaniny. Pokrájíme si celer na kostičky a na proužky si nakrájíme papriku a přidáme k cibuli a slanině. Přidáme vodu a dusíme do měkka. Dochutíme prolisovaným česnekem a pepřem. A opět trošku podusíme. Směs smícháme s masem a orestujeme ho. Nakonec směs dochutíme pepřem a solí. Pod masem by mělo zůstat trochu vody, aby při pečení rýže náležitě ochutila. Dáme si vařit rýži. Fazole dáme okapat z nálevu, přidáme do uvařené rýže a důkladně promícháme. Směs dochutíme pepřem a mletým kmínem. Do pekáčku dáme masovou směs, navrch rozložíme rýži a nakonec posypeme anglickou slaninou. Předehřejeme si troubu asi na 220°C a nákyp pečeme asi 30 minut.

Ingredience

- 700 g hovězího mletého masa
- 1/4 kořen bulvového celeru
- 2 papriky (kapie)
- 1 cibule
- 4 sáčky dlouhozrné rýže
- 2 stroužky česneku
- 1 konzerva červených fazolí
- 100 g anglické slaniny
- sůl
- pepř
- kmín

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně náročnější, Obiloviny, těstoviny a rýže, Klasika, Rodina, Hlavní chod

Tip k receptu

Pokud máte rádi pikantní jídlo, vyzkoušejte chilli fazole.