

# Zapečené těstoviny se sýrem a slaninou



**Obtížnost:** □□□□□

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

**2644** kalorií , **14 g** cukrů , **138 g** tuků , **105 g** bílkovin

**Autor:** Sonia005

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/zapecene-testoviny-se-syrem-a-slaninou>

## Příprava

Těstoviny uvaříme dle návodu. V polovině vaření těstovin přihodíme brokolici na růžičky a vaříme do změknutí těstovin i brokolice. Potom slijeme vodu a necháme chvíli odpočívat. Na nepřilnavé pánvi osmažíme slaninu na kostičky a taky necháme chvíli odpočívat. V malém kastrůlku si rozpustíme máslo a přisypeme hladkou mouku. Rychle vymícháme hladkou jíšku a zalijeme mlékem. Chvilí povaříme, než nám směs zhoustne a bude přicházet k varu. Poté přidáme nastrouhanou nivu a hořčici a 5 minut ještě povaříme. Poté přisypeme slaninu a smícháme s těstovinami a brokolicí. Tuto směs vložíme do zapékací mísy a zapneme gril. Směs zasypeme strouhaným parmazánem a grilujeme do zezlátnutí.

## Ingredience

- 300 g těstovin
- 250 g brokolice na růžičky
- 2 lžíce másla
- 2 lžíce hladké mouky
- 1 1/4 hrnku mléka
- 1 lžíce plnotučné hořčice
- 50 g Nivy strouhané nahrubo
- 200 g anglické slaniny nakrájené na kostičky
- 3 lžíce strouhaného parmazánu

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Obiloviny, těstoviny a rýže, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

