

Brokolice jako mozeček



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 35min , Porce: 3

483 kalorií , **0 g** cukrů , **45 g** tuků , **18 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/brokolice-jako-mozecek>

Příprava

Menší brokolici omyjeme a rozebereme na růžičky. Dáme do hrnce vařit vodu a dobře ji osolíme. Do vařící vložíme růžičky brokolice a vaříme necelých 10 minut. Poté vodu dobře scedíme a brokolici necháme chvíli stát, aby unikla všechna pára. Cibuli oloupeme, nakrájíme na drobno a na oleji usmažíme do růžova. Brokolici trochu rozmačkáme šťuchadlem na brambory, přidáme k cibulce, promícháme a prohřejeme. Vejce rozšleháme, osolíme, opeříme a vlijeme na brokolici. Mícháme, dokud vejce neztuhnou. Brokolici jako mozeček podáváme s vařeným bramborem.

Ingredience

- 1 menší brokolice
- 3 vejce
- 1 střední cibule
- sůl
- 2 špetky pepře
- 2 lžíce slunečnicového oleje

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Zelenina, Jídlo na každý den, Rychlovka, Rodina, Vegetarián, Hlavní chod

