

Pečená jehněčí kýta



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 1h 45min
Celkový čas: 2h 0min , Porce: 8

1533 kalorií , **0 g** cukrů , **42 g** tuků , **35 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/pecena-jehnecki-kyta>

Příprava

Smícháme utřený česnek, polovinu oregana, citrónovou šťávu a kůru, olej a špetku soli. Jehněčí kýtu nařízneme na několika místech a marinádou ji potřeme – vetřeme i do naříznutých míst. Do velkého pekáče dáme nakrájené brambory a smícháme je se zbylou marinádou. Na brambory dáme jehněčí kýtu a pečeme 20 minut na 240°C, poté snížíme teplotu na 180°C a pečeme 90 minut. Poté kýtu vyndáme a brambory smícháme se zbylým oreganem. Rajčata svaříme s olivami. Jehněčí podáváme s bramborami a rajčatovou omáčkou.

Tip k receptu

Jedna porce obsahuje 685 kcal, 59 g bílkovin, 32 g sacharidů, 36 g tuku a 3 g vlákniny.



Ingredience

- 3 kg jehněčí kýty
- 6 stroužků česneku
- 1 citrón
- 4 lžíce oregana
- 6 lžíc olivového oleje
- 1 hrst oliv
- 400 g sterilovaných rajčat
- 1,5 kg brambor

Kategorie

Velikonoce, Výjimečný den, Obyčejný den, Řecká, Bezlepková, Celoročně, Finančně náročnější, Maso, Hlavní chod