

Špagety s žampionovo - brokolicovým přelivem



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 30min , Porce: 4

2114 kalorií , **0 g** cukrů , **68 g** tuků , **24 g** bílkovin

Autor: Angel 666

Odkaz: <https://srecepty.cz/spagety-s-zampionovo-brokolicovym-prelivem>

Příprava

Špagety uvaříme podle návodu. Na lžici oleje zpěníme nakrájenou cibuli a anglickou slaninu. Když cibule zesklouzne a slaninka začíná zlátnout, přihodíme plátky žampionů a krátce orestujeme. Lehce podlijeme, přidáme brokolici rozebranou na malé růžičky, osolíme, opepříme, přisypeme česnek nakrájený na plátky a pod pokličkou chvíli podusíme, jen krátce, brokolice by měla zůstat trochu tužší. V hrnku si promícháme zakysanou smetanu se sladkou smetanou, přilijeme do směsi a necháme chvíli zredukovat na požadovanou hustotu. Špagety rozdělíme na talíře a obložíme připravenou směsí. Navrch nasypeme trošku strouhaného sýra.

Ingredience

- 350 g špaget
- lžíce oleje
- 1 cibule
- 300 g žampionů
- 1 hlávka brokolice
- sůl
- pepř
- 3 stroužky česneku
- 50 g anglické slaniny
- kelímek zakysané smetany
- 3 lžíce sladké smetany
- strouhaný sýr na ozdobu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

Tip k receptu

Místo strouhaným eidamem můžeme jídlo posypat nastrouhanou Nivou.

