Treska zapečená se sýrem a brokolicí

Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 35min , Porce: **4**

375 kalorií , **0 g** cukrů , **27 g** tuků , **31 g** bílkovin

Autor: Evík

Odkaz: https://srecepty.cz/treska-zapecena-se-syrem-a-brokolici

Příprava

Pekáček vyložíme pečícím papírem, poklademe okořeněnými kousky tresky, přidáme na malinké růžičky nakrájenou a spařenou brokolici a vložíme do středně vyhřáté trouby. 10 minut před koncem pečení posypeme strouhaným sýrem.

Ingredience

- 4 tresky
- 120 g eidamu (Edam)
- 1 brokolice
- troška pepře
- troška koření na ryby

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročné, Ryby a dary moře, Klasika, Rodina, Hlavní chod