Žampionové oko

Obtížnost:

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

1159 kalorií , **5 g** cukrů , **93 g** tuků , **58 g** bílkovin

Autor:

Odkaz: https://srecepty.cz/zampionove-oko

Příprava

Vejce rozklepneme a oddělíme žloutky od bílků. Bílky dáme do misky a žloutky necháme ve skořápce. Na oleji osmahneme cibuli, přisypeme žampióny a restujeme asi 3 minuty, potom přidáme šunku, papriku, bílky a za stálého míchání opékáme. Osolíme, opepříme a nakonec vmícháme petrželku. Směs rozdělíme do misek, lžící uděláme uprostřed důlek, posypeme sýrem a 10 minut zapékáme při 160°C, pak dáme do důlků žloutky a ještě 5 minut pečeme.

Ingredience

- 400 g žampionů nakrájených na nudličky
- 120 g šunky nakrájené na nudličky
- 1 nadrobno nakrájená cibule
- 80 g nakrájené červené papriky (na kostičky)
- 4 vejce
- 3 lžíce oleje
- 2 lžíce nasekané nati petrželky
- 80 g strouhaného sýra
- sůl
- pepř

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročné, Houby, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod