

Zapečená zelenina

Obtížnost: □□□□□

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

1168 kalorií , **0 g** cukrů , **107 g** tuků , **29 g** bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/zapecena-zelenina>

Příprava

Zeleninovou směs osmahneme na rozpáleném oleji. Z másla a mouky uděláme světlou jíšku, kterou za stálého míchání zalijeme mlékem a uvaříme bešamel. Necháme mírně vychladnout, poté vmícháme žloutky, připravenou zeleninu, polovinu nastrohaného eidamu, osolíme a opepříme. Nalijeme do vymazané zapékací misky, posypeme zbytkem eidamu a zapečeme. Zapékáme při 180 °C, cca 20 minut. Podáváme s bramborovou kaší.

Ingredience

- 1 balení mražené zeleninové směsi
- 4 lžíce másla
- 2 lžíce hladké mouky
- 2 dcl mléka
- 2 žloutky
- 100 g Eidamu (Edamu)
- 5 lžic olivového oleje
- špetka soli
- špetka pepře

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská,
Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Jídlo
na každý den, Vegetarián, Hlavní chod