Závin z mletého masa dvou druhů

Obtížnost:

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: **6**

2612 kalorií , **1 g** cukrů , **169 g** tuků , **217 g** bílkovin

Autor: Roxana

Odkaz: https://srecepty.cz/zavin-z-mleteho-masa-dvou-druhu

Příprava

Připravíme si dvě mísy, protože každé maso budeme připravovat zvlášť. Do každé mísy přidáme stejné množství nastrouhané cibule, namočené pečivo v mléce, klepneme vajíčko, okořeníme a doupravíme konzistenci strouhankou, popř. hladkou moukou. Ustřihneme plát alobalu, postříkáme olejem ve spreji či lehce potřeme sádlem a rovnoměrně rozetřeme upravené hovězí maso. Na něj navršíme vepřové maso, posypeme nasekaným uzeným masem, rozsekanými na tvrdo uvařenými vajíčky a zatočíme jako závin. Upravíme tvar, alobal sundáme a dáme péci na plech do trouby, roztopené asi na 200°C. Pečeme zpočátku asi 30 minut, pak přidáme horkovzduch, aby měl kůrčičku. Roláda se dá jíst teplá jako oběd, i studená, s hořčicí a chlebem.

Tip k receptu

Někdy přidávám i mletý kmín, či nastrouhaný muškátový oříšek, zelenou nasekanou petrželku a doprostřed na vajíčka i kapii. Možnost obměn je velká.

Ingredience

- 50 dkg hovězího zadního mletého masa
- 50 dkg vepřového mletého masa
- 20 dkg uzeného nasekaného masa
- 1 střední cibule
- 2 vejce
- 1,5 rohlíku namočeného v mléce
- strouhanka dle potřeby
- pepř dle potřeby
- sůl dle potřeby
- 2 vejce uvařená natvrdo

Kategorie

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