Vegetariánská sekaná

Kategorie: Ostatní

Autor: wencek

Suroviny

Porce: 4

- cibule 1 ks
- cuketa 500 g
- česnek 8 stroužek
- eidam 300 g
- kedlubna 250 g
- dětská krupice 100 g
- mrkev 250 g
- olej 100 ml
- petrželková nať 1 hrst
- pohankové vločky 100 g
- provensálské koření 1 lžíce
- sojový granulát 1.2 balíček
- strouhanka 100 g
- vejce 2 ks

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Na části oleje opečte nasekanou cibuli. Přidejte strouhanou mrkev, kedlubnu a cuketu. Vše poduste. Sójový granulát nasypte do mísy, zalijte vroucí vodou a osolte. Nechte ho asi 15 minut stát. Do druhé mísy vložte dušenou zeleninu, přidejte granulát, předtím z něj slijte vodu, nastrouhaný sýr, vejce,

krupici, pohankové vločky a strouhanku. Dochuťte solí, provensálským kořením a nasekanou natí. Přidejte rozmačkaný česnek, přilijte zbylý olej a vše promíchejte. Směs přendejte na vymazaný plech a dejte upéct do vyhřáté trouby. Hotovou sekanou ozdobte libovolnou zeleninou a podávejte ji buď teplou s bramborami, nebo studenou s chlebem.