

Sekaná plněná nivou

Kategorie: [Maso](#)

Autor: Monyszek



Suroviny

Porce: 4

- Mleté maso 500 g
- Cibule 100 g
- Sůl 0.5 lžička
- Mletý pepř 0.5 lžička
- Vejce 2 ks
- Rajčatový protlak 120 g
- Petrželová nať 1 lžíce
- Strouhaná houska 100 g
- Polohrubá mouka 50 g
- **NÁPLŇ**
- Niva 100 g
- Strouhaná houska 80 g
- Mléko 1 dl
- Vejce 1 ks
- Máslo 50 g

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Maso promícháme s jemně pokrájenou cibulkou, solí, pepřem, strouhanou houskou a moukou. Dobře vypracujeme hmotu, případně přidáme strouhanou housku, aby byla hustší konzistence. Na náplň strouhanku navlhčíme mlékem, promícháme se strouhanou nivou, vejcem a změkklým máslem. Našleháme. Mletou fáš rozválíme na pomoučněném vále na silnější plát, pomažeme náplní, zarolujeme a dobře přitlačíme. Utvořenou šišku potřeme bílkem a v troubě při 200°C pečeme 45 minut. Takto připravenou sekanou můžeme také zabalit do pečícího papíru nebo alobalu a převázat motouzem.