

Špenátové koláčky

Kategorie: [Předkrmy](#)

Autor: Monyszek



Suroviny

Porce: 12

- Žampiony 250 g
- Špenát 280 g
- Vejce 4 ks
- Mozzarella 1 hrnek
- Smetana ke šlehání 1.5 lžíce
- Sůl dle chuti 1 špetka
- Pepř dle chuti 1 špetka
- Olej na vymazání formiček 10 lžíce
- Sýr 150 g

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Děti

Způsob přípravy: Pečení

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 12

Postup:

V pánvi rozežřejeme trochu oleje, přidáme očištěné žampiony nakrájené na plátky a restujeme asi 5 minut, dokud nejsou měkké. Vyjmeme je z pánve a dáme stranou. Do pánve vložíme očištěný špenát, podlijeme ho asi čtvrtinou hrnku vody a na středním ohni špenát podusíme přibližně 3 minuty (měl by jen zavadnout). Přeložíme ho do síta a vymačkáme z něj přebytečnou vodu.

V míse vyšleháme vejce do světlé pěny. Přidáme žampiony, špenát, nastrouhaný sýr a smetanu, dobře promícháme a směs ochutíme solí a pepřem.

Směs rozdělíme do 12 vymazaných formiček na muffiny, vložíme je do trouby vyhřáté na 190 °C a pečeme asi 20 minut dozlatova. Koláčky necháme několik minut vychladnout, pak je opatrně vyklopíme, každý posypeme trochou nastrouhaného sýru a podáváme je ještě teplé.