

Pečený lilek

Kategorie: [Přílohy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- máslo 20 g
- škrob 1 lžička
- lilek 1 ks
- sůl 1 špetka
- sójová omáčka kikkoman 0.5 dl

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Postup přípravy receptu

Lilek podélně rozpůlíme, očistíme, opláchneme, slupku prokrojíme do čtverečků (mřížky), osolíme a necháme vypotit.

Lilek osušíme, pokapeme rozpuštěným máslem a dáme péct do trouby, při 160°C asi na 25 minut.

V misce rozmícháme škrob ve sójové omáčce a touto směsí pečící se lilek ke konci pečení přelijeme, necháme v troubě dalších 5 minut.

Ihned můžeme podávat k pečeným či grilovaným masům.

