

Špízy z mletého masa se zeleninou

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- vejce 1 ks
- cuketa 1 ks
- mleté vepřové plecko 250 g
- česnek 2 stroužek
- rajčata 4 ks
- slunečnicový olej 2 lžíce
- cibule 2 ks
- studená voda 100 ml
- **podle chuti**
- čerstvě mletý pepř 1 ks
- sušená majoránka 1 ks
- sůl 1 ks
- **podle potřeby**
- strouhanka na zahuštění 1 ks

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Bosna a Hercegovina

Počet porcí: 4

Postup:

Nejprve si připravíme maso na špízy. Do mísy nameleme vepřové plecko. Česnekové stroužky roztřeme se solí a polovinu česneku se solí přidáme k masu, které okořeníme čerstvě mletým černým pepřem a majoránkou, přidáme 1 rozšlehané vejce a promícháme. Ke směsi postupně

přidáváme strouhanku, až směs zahustíme na tvarovatelnou hmotu a odložíme odpočívat do chladničky, aby se propojily všechny chutě.

Cibuli očistíme a pokrájíme na kolečka. Mladou cuketu omyjeme, ale neloupeme, odkrojíme oba konce a pokrájíme na kolečka. Rajčata omyjeme, odstraníme stopku, vykrojíme tuhý střed a pokrájíme na kolečka. Z masové směsi tvarujeme rukama namočenými ve studené vodě válečky o délce asi 5 - 6 cm a o průměru asi 3 - 4 cm.

Plátky cibule jemně potřeme olejem, jemně osolíme a okořeníme čerstvě mletým černým pepřem. Plátky cukety a plátky rajčat potřeme jemně olejem, druhou polovinou směsi česneku se solí a okořeníme čerstvě mletým černým pepřem. Na grilovací kovové jehlice anebo dřevěné špejle namočené ve vodě napichujeme za sebou v tomto pořadí plátek cukety, rajčete, cibule, masový váleček a znovu zopakujeme.

Připravené špízy položíme do pekáčku, přelijeme olejem, podlijeme 100 ml vody, vložíme péct do trouby vyhřáté na 200 °C a pečeme při této teplotě asi 30 - 35 minut. Upečené špízy vybereme z trouby.

Špízy z mletého masa se zeleninou servírujeme horké na talíři s čerstvě upečeným domácím chlebem nebo s dušenou rýží či bramborovou kaší, kterou přelijeme chutným výpekem. Jde o jednoduché, velmi chutné a šťavnaté jídlo.

Poznámka: Připravila jsem 2 porce, rozpis jsem napsala pro 4 osoby.