

Zapečená rýže

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Uvařená rýže 1 ks
- Vařené nebo pečené maso 400 g
- Brokolice 1 ks
- Tvrdý sýr 1 ks
- Vejce 3 ks
- Trochu mléka 1 ks
- Sůl, koření na rýži - dle chuti 2 špetka
- Mletý pepř 1 špetka
- Tuk 1 ks

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Brokolici rozebereme na růžičky a krátce povaříme v osolené vodě. Zapékací mísu nebo pekáč vymažeme tukem. Na dno urovnáme uvařenou rýži a posypeme kořením na rýži. Na ni urovnáme pokrájené pečené nebo vařené maso, opepříme a dáme vrstvu brokolice. Posypeme nastrohaným sýrem a zalijeme osoleným mlékem, ve kterém jsem rozšlehali vejce. Vložíme do vyhřáté trouby a při 200°C zapečeme asi 20 minut.

Výborný recept na zpracování zbytků rýže a masa z předešlého dne. Místo brokolice můžeme použít i jinou zeleninu.