

Zapečená brokolice v bešamelu

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Hladká mouka 100 g
- Máslo 80 g
- Mléko 400 ml
- Brokolice 400 g
- Vejce 4 ks
- Šunkový salám 100 g
- Pepř, sůl 1 špetka
- Petrželka 1 ks

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Z másla a hladké mouky uděláme světlou jíšku, zalijeme mlékem a povaříme na hladkou kaši. Do vychladlého bešamelu zamícháme žloutky, salám, brokolici / uvařenou do poloměkka/ a nasekanou petrželku. Osolíme, opepříme a vmícháme sníh ze čtyř bílků. Dáme do máslem vytřených zapékacích misek rozdělené na jednotlivé porce nebo do velké zapékací misky. Zvolna péci