

Špenátové řezy

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Sekaný mražený špenát 450 g
- Mléko 100 ml
- Strouhanka 100 g
- Vejce 2 ks
- Uzené maso 200 g
- Pepř, sůl 1 ks
- Sádlo 1 ks
- Vejce 1 ks

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Špenát necháme rozmrazit, přidáme mléko, strouhanku 2 vejce, drobně pokrájené uzené maso, osolíme a opepříme. Směs dobře promícháme a pokud je třeba zahustíme ještě strouhankou. Upečeme ve vymazaném pekáčku. Upečené řezy vyjmeme z trouby, na každou porci rozklepneme vejce. Vložíme na chvíli zpět do trouby, aby se vejce mírně zapeklo. Můžeme použít místo mraženého špenátu čerstvý (spařený a nasekaný).