

Brokolicové kopečky

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Brokolice 1 ks
- Uzené maso 250 g
- Vejce 2 ks
- Hladká mouka 4 lžíce
- Petrželka 1 lžíce
- Česneková pažitka 1 lžíce
- Citrónový tymián 1 lžíce
- Pepř, sůl 1 ks
- Máslo 1 ks

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Obtížné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Brokolici rozebereme na růžičky, vložíme do vroucí vody, krátce povaříme a po zcezení prolijeme studenou vodou. Zchladlou okapanou nakrájíme na drobné kousky. Vložíme do misky, přidáme drobně pokrájené libové uzené maso nebo šunku, vejce, hladkou mouku, sůl, pepř a drobně nasekané bylinky. Dobře promícháme a naběračkou na zmrzlinu děláme kopečky do pomaštěné zapékací misky. Mezi kopečky necháme mezery a každý potřeme máslem. Pečeme 25 - 30 minut v troubě vyhřáté na 200°C.