

Zapečená cuketa s mletým masem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Cuketa 1 ks
- Mleté maso 400 g
- Vejce 1 ks
- Střední cibule 1 ks
- Hladká mouka 1 lžíce
- Pepř, sůl, kmín 1 ks
- Medvědí česnek 1 ks
- Vývar 250 ml
- Gouda plátky 1 ks

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Mleté maso smícháme s drobně nakrájenou cibulí, vejcem, hladkou moukou a kořením. Česnek můžeme použít medvědí nebo lisované stroužky. Cuketu rozpůlíme, vydlabeme jadřinec a vnitřek mírně osolíme. Naplníme ji dobře promíchanou masovou směsí. Dno zapékací misky potřeme olejem, vložíme naplněnou cuketu a zalijeme vodou, ale je lépe použít vývar (třeba z kostky). Pokud nám kousek masové směsi zbyde, dáme ji péct k cuketě. Vložíme do trouby vyhřáté na 200°C a pečeme cca 30 minut (do změknutí cukety). Nakonec posypeme strouhaným sýrem nebo poklademe plátky. Vložíme do trouby, pokud se sýr nerozpeče.