

Zapečené noky s brokolicí a kuřecím masem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Brokolice 500 g
- Bramborové noky 500 g
- Kuřecí prso 2 plátek
- Vejce 4 ks
- Strouhaný eidam 100 g
- Tavený sýr 50 g
- Sůl 1 špetka
- Pažitka 1 ks
- Pepř černý mletý 1 špetka
- Mléko 500 ml

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Nejprve si uvaříme z mléka a obou sýrů omáčku. Dáme vychladnout. Po vychladnutí vešleháme vejce a přidáme nakrájenou pažitku. Zapékací misku vymažeme máslem.

Uvaříme si brokolici do poloměkka a rozdělíme ji na malé růžičky. Kuřecí maso nakrájené na menší kousky osolíme a opepříme a osmahneme na trošce oleje. Kuřecí maso, noky, brokolici promícháme a vložíme do zapékací misky a přelijeme sýrovou směsí. Dáme péci.