Zeleninový nákyp se smetanou

Počet porcí: 4
Doba přípravy: 30 minut
Bez lepku

Postup přípravy

Brambory oloupeme, nakrájíme na kostky, brokolici rozebereme na růžičky, žampiony nakrájíme na plátky. Do hrnce nalijeme vodu, osolíme, přidáme brambory s brokolicí a vaříme zvolna 20 minut doměkka. Plátky žampionů osmahneme v pánvi na oleji. Do pekáčku nasypeme okapanou zeleninu a přidáme žampiony i s výpekem. Do misky nalijeme (sojovou) smetanu, přidáme sůl, pepř, sojové mléko, kari koření, žloutek, přisypeme mouku a promícháme. Směs nalijeme do pekáčku, promícháme, posypeme strouhaným ementálem, pekáček vložíme do vyhřáté trouby a pečeme zhruba 30 minut. Pokrm naporcujeme, upravíme na talíře a teplý podáváme.

Ingredience

- **Brambory** - 300 g
- **Brokolice** - 300 g
- **Jedlá sůl** - 5 g
- **Olivový olej** - 25 g
- **Žampión zahradní 500 g** - 100 g
- **Bezlepková mouka Nomix 500 g** - 60 g
- **Jihočeské mléko lahodné polotučné 1,5% 1 l** - 100 g
- **Jihočeská smetana ke šlehání 33% 250 ml** - 250 g
- **Žloutek** - 28 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 1 g
- **Kari 25 g** - 10 g
- **Ementál** - 60 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM
CELIATICA.CZ
VÁŠ SEZNAM ONLINE