

Zapiekanka makaronowa z brokułem i rybą

Autor: **ErJot**Przepisów: **612** Ocena: **5039**

1-2 os.



30 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- filet rybny 40 dag
- brokuł 1 szt mała
- makaron świderki lub rurki 20 dag
- jajka 2 szt
- śmietana 18% 0,75 szklanki
- ser żółty 15 dag
- bazylija suszona 1 łyżeczka
- natka pietruszki /suszona lub mrożona/ 1 łyżeczka
- czosnek granulowany do smaku
- sól do smaku
- pieprz do smaku
- papryka słodka mielona do smaku
- oliwa 2 łyżki
- tłuszcz do formy

Sposób przygotowania:

- 1 Filety rybne kroimy na kawałki, obtaczamy w oliwie z przyprawami i odstawiamy w chłodne miejsce na 30 min
Brokuła dzielimy na różyczki, wrzucamy do osolonego wrzątku, gotujemy 2-3 min i odsączamy. Makaron gotujemy al dente w osolonym wrzątku i odcedzamy.
Oliwę mieszamy z bazylią, natką, czosnkiem granulowanym, słodką papryką, solą i pieprzem.



- ② Naczynie żaroodporne natłuszczamy, na dnie układamy makaron, na nim różyczki brokuła a na wierzchu kawałki ryby.



- ③ Ser żółty ścieramy na tarce, dodajemy do śmietany i jajek, doprawiamy solą, pieprzem, słodką papryką, dokładnie mieszamy i równomiernie wlewamy na zapiekanke.



- ④ Wstawiamy do piekarnika nagrzanego do 170 stopni C i zapiekamy 35-40 min. Podajemy na

gorąco.



Twoje notatki do przepisu: