

Zapečené s těstovinami

Kategorie: Drůbeží maso

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

500 g masa z kuřete

2 lžíce másla

500 g těstovin (makarony)

1 cibule

1 stroužek česneku

2 lžíce oleje

300 g čerstvého špenátu

2 lžíce hladké mouky 500ml mléka

100 g goudy

sůl

bílý pepř

nastrouhaný muškátový oříšek

1 citrónu - šťáva z

Postup

Kuřecí maso nakrájíme na menší kousky a na pánvi v horkém másle ze všech stran asi 15 minut opékáme.

Osolíme a opepříme.

Těstoviny uvaříme podle návodu, poté vyjmeme z vody a necháme dobře okapat.

Cibuli a česnek oloupeme, jemně nasekáme a podusíme na rozpáleném oleji.

Špenátové listy pečlivě opláchneme a ve vroucí osolené vodě krátce povaříme (5 minut). Necháme okapat.

Opečené kuřecí maso vyjmeme z pánve, vypečenou šťávu zaprášíme moukou, přidáme mléko a dohladka rozmícháme. Pak přidáme cibuli a česnek, citrónovou šťávu a při slabé teplotě asi 10 minut povaříme.

Vložíme nastrouhaný sýr, muškátový oříšek, podle chuti přisolíme a oeppříme. Těstoviny, špenát a maso přeložíme do mělké nákypové formy, přelijeme omáčkou a zapékáme v předehřáté troubě na 200 stupňů asi 35 minut.