

### Ingrediencie

1 karfiol, 6 vajcia, 50 g masla, 500 g mletého mäsa, 3 lyžice hladkej múky, 200 g strúhaného syra, 300 ml mlieka, olej, soľ, mleté čierne korenie, muškátový oriešok, strúhanka

### Postup

4 vajčička si uvaríme natvrdo. Karfiol rozoberieme na ručky a varíme cca 5 minút v osolenej vode. Pripravíme si bešamel z masla, múky a mlieka. Ochutíme ho strúhaným muškátovým orieškom. Pekač si vymastíme, posypeme strúhankou a na dno rozložíme polovicu na plátky nakrájaný karfiol. Nalejeme polovicu bešamelu a nasypeme polovicu syra. Mäso zmiešame s dvoma surovými vajčkami, posolíme, okoreníme a mäso navrstvíme na syr. Na mäso rozložíme na kolieska nakrájané vajčička, pokračujeme s ukladáním karfiolu a nakoniec nalejeme bešamel, ktorý posypeme zvyšným syrom. Vrch posolíme a vložíme do vyhriatej rúry na 190 stupňov a pečieme dozlatista. Podávame so zemiakovou kašou a šalátom.



# Zapekaný karfiol s mletým mäsom

Piatok, 05 Júl 2013 15:12

---

