

## ZAPIEKANA KASZA JĘCZMIENNA Z WARZYWAMI



**MONIKAT83**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>kasza jęczmienna</b>	170 g-sucha kasza
<b>kapusta pekińska</b>	125 g
<b>marchew</b>	1 szt
<b>jajko</b>	1 szt
<b>por</b>	90 g
<b>bułka tarta</b>	20 g
<b>ser żółty</b>	25 g
<b>przyprawa curry</b>	1/2 łyżeczki
<b>sól do smaku</b>	
<b>czarny pieprz mielony Prymat</b>	do smaku
<b>bazylija otarta Prymat</b>	1/2 łyżeczki

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

#### Kroki postępowania

- KROK 1** Do gotującej wody dodać sól i odmierzoną ilość przyprawy curry. Wsypać kaszę i ugotować ją do miękkości. Odcedzić. Kapustę drobno poszatkować. Marchewkę zetrzeć na tarce o grubych oczkach.
- KROK 2** Por pokroić drobno. Wymieszać wszystkie warzywa z kaszą. Dodać jajko, bułkę tartą oraz przyprawy i dokładnie wymieszać. Przełożyć do naczynia żaroodpornego i wstawić do piekarnika nagrzanego do 200 st.
- KROK 3** Zapiekać około 20-25 minut. Na około 5 minut przed końcem pieczenia, wyjąć naczynie i posypać zapiekanekę tartym serem lub ułożyć go w dekoracyjną kratkę taką jak u mnie. Dopiec do roztopienia sera. Smacznego!

