

zapiekanka ryżowa



NIEGRUBNE18



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

ryż brązowy	3 torebki
mięso mielone drobiowe	1/2 kg
olej do smażenia	
cebula podsmażona	do smaku
kukurydza	1 puszka
żółty ser	30 dag
jajko	1
śmietana kwaśna	2,3 łyżki
pieprz	do smaku
sól	do smaku
masło roślinne	do posmarowania

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ugotuj w osolonym wrzątku 3 torebki ryżu brązowego (naturalnego).
Ostudź.

1/2 kg mięsa mielonego najlepiej drobiowego, usmaż na oleju i cebuli.
Potem przypraw je do smaku.

Ostudź.

Ostudzone składniki połącz, mięso dodaj razem z tłuszczem na którym się smażyło.

Dodaj puszkę kukurydzy, 30 dag startego żółtego sera, 1 jajo surowe, 2-3 łyżki kwaśnej śmietany.

Dopraw pieprzem, solą, mieloną słodką papryką...

Naczynie żaroodporne natłuść masłem.

Wymieszaną masę włóż do naczynia i zapiekaj przez około pół godziny w temp. 180 stopni.