# Kalafio zapiekany z serem

**ADAM12**

CZAS PRZYGOTOWANIA
15 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

## SKŁADNIKI

| | |
|---|---|
| **kalafior** | 1 |
| **ser** | 15 dag |
| **masło** | 2 łyżka |
| **Bułka tarta klasyczna Prymat** | 2 łyżka |
| **Gałka muszkatołowa cała Prymat** | 1 |
| **sok z cytryny** | 1 łyżka |
| **pęczek koperku** | 1 |
| **cukier** | |
| **sól** | do smaku |

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kalafio ugotować na półtwardo na parze z osolonym wrzątku z dodatkiem cukru i soku z cytryny. Odcedzić, podzielić na różyczki (łodygę odrzucić lub zużyć do zupy) i ułożyć w żaroodpornym naczyniu. Gotowany na parze posolić. Polać stopionym masłem, posypać serem i tarta buką wymieszć ze szczyptą gałki. Wstawić do nagrzanego piekarnika i zapiec. Wyjąć, gdy ser będzie się topił, a bułka zarumieni. Obficie posypać posieknym koperkiem. Podawać z ziemniakami i sałatą. Tak samo można przyrządzić brokuł, ale przed zapieczeniem nie należy go gotować dłuzej niż 2-3 minuty.