

Zapiekanka afrykańska



MONIKA193



CZAS
PRZYGOTOWANIA
1H



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

ziemniaki młode	50 dkg
bakłażan	30 dkg
pomidor	40 dkg
mielone mięso	40 dkg
małe cebulki	5 sztuk
mąka	1 łyżka
sól	do smaku
rosół grzybowy z kostki	2 szklanki
cukinia	20 dkg
oliwa	2 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ziemniaki, bakłażany, cukinię i pomidory umyć, obrać, pokroić w niewielką kostkę i wymieszać z mięsem. Dodać drobno posiekane cebulki, oliwę, lekko posolić, oprószyć mąką i znów dobrze wymieszać. Zalać dwoma szklankami rosółu z kostki i wstawić do piekarnika rozgrzanego do temp. 180 stopni i upiec (ok. 1 godziny) - masa powinna się na wierzchu przyrumienić. Podawać na gorąco w naczyniu do zapiekania, posypane siekaną natką. Jest to typowe danie jednogarnkowe, wystarczy za cały obiad lub kolację.