

## Zapiekanka makaronowa z kalafiozem i brokułem wraz z beszamelem



**LIS**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
5+

### SKŁADNIKI

<b>masło</b>	2 łyżki
<b>mąka</b>	2 łyżki
<b>mleko</b>	2 szklanki
<b>Gałka muskatołowa mielona Prymat</b>	
<b>sól</b>	
<b>Farsz:</b>	
<b>makaron rurki</b>	1 opakowanie
<b>kalafior</b>	1 główka
<b>brokuł</b>	500 g
<b>pieś z kurczaka</b>	2 szt
<b>grostek konserwowy</b>	1 puszka
<b>ser edamski</b>	250 g
<b>olej do smażenia</b>	
<b>masło</b>	
<b>Pieprz czarny mielony Prymat</b>	

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Przepis na dwie zapiekanki:

Beszamel:

rozgrzać w garnku masło, dodać mąkę, a kiedy zasmażka spieni się i zbieleje, dodać mleko energicznie mieszając ( grudki które mogą powstać rozbić mikserem). Doprawić solą, pieprzem i gałką muszkatołową. Gotować aż trochę zgęstnieje.

Farsz:

Brokuła umyć, pokroić na różyczki, ugotować al dente w posolonej wodzie.

Kalafior umyć, podzielić na różyczki, ugotować al dente w posolonej wodzie.

Makaron ugotować według przepisu na opakowaniu.

Kurczaka pokroić, smażyć na patelni. Podczas smażenia dodać przyprawy prymat ziołowej do kurczaka.

Ser zetrzeć do miseczki.

Makaron wymieszać z groszkiem, brokułem, kalafiolem i kurczakiem. Przełożyć do wysmarowanych wcześniej masłem naczyń żaroodpornych.

Połączyć łyżką sosem beszamel a następnie posypać serem.

Upiec w nagrzanym wcześniej piekarniku, ok. 20-30 min.