

## Pieczeń mielona z ryżem i marchewką



### GRUMKO



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

**mielona wołowina**

**ryż**

**marchew**

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

SKŁADNIKI: 45 dag mielonej wołowiny, pół szklanki ugotowanego ryżu, 2 rozkłócone jajka, pół szklanki startej marchewki, 1 szklanka tartego żółtego sera, 1/4 szklanki posiekanej cebuli, 2 łyżeczki sosu Worcestershire, 1/4 łyżeczki granulowanego czosnku, 1/4 łyżeczki soli, 1/4 pieprzu, pół szklanki keczupu, pół szklanki sosu pomidorowego.

SPOSÓB WYKONANIA: Rozgrzać piekarnik do temperatury 190 stopni. Wymieszać mięso, ryż, jajka, marchewkę, pół szklanki sera, cebulę i przyprawy. Wymieszać. Uformować pieczeń i umieścić ją w naczyniu żaroodpornym. Polać sosem pomidorowym. Nakryć folią i piec przez półtorej godziny. Zdjąć folię, posmarować pozostałym serem i keczupem. Piec jeszcze 15 minut bez przykrycia.