



Pečený květák v řepkovém oleji s vejci a salámen Vysočina

Křupavý pečený květák s voňavým řepkovým olejem se skvěle doplní se smaženými vejci a plátky salámu Vysočina na jednom talíři.

Tento recept jsme vytvořili dříve a jeho slevy už skončily. Ceny a dostupnost surovin nemusí odpovídat aktuální nabídce. Aktuální recepty ze slev najdete na potravinka.cz/recepty.

#Večeře #Snadné #BezKomplikací

⌚ Příprava 10 min · Vaření 30 min Střední 👤 4 porce 🔥 480 kcal/porce

Na porci: 0 28 g bílkovin ₪ 12 g sacharidů 0 36 g tuků

Suroviny

	Květák bílý čerstvý 1 ks · 1 kg Potřeba: 1 kg	33,49 Kč 
	FABIO PRODUKT Manka Olej řepkový 10 l PET · 10 l Potřeba: 4 lžíce	415,09 Kč 
	krásno Salám Vysočina chlaz. váž. cca 750 g · 0.75 kg Potřeba: 300 g	125,92 Kč 
	Vejce "M" 180 ks · 10.37 kg Potřeba: 4 ks	504,00 Kč  ↓ Nejnižší cena

Co ještě přidat

	Mořská sůl s jodem 500 g · 500 g Potřeba: 1 lžička	25,65 Kč 
	Mr. Pepprna Pepř černý mletý 165 g · 165 g Potřeba: 1 lžička	172,48 Kč 
	Fine Life Paprika sladká mletá 5 x 25 g · 125 g Potřeba: 1 lžička	34,83 Kč 



Postup

- 1** Troubu předehřej na 200 °C. Květák rozeber na růžičky a vložte do mísy.
- 2** Pokapej 3 lžícemi řepkového oleje, okořeň solí, pepřem a paprikou a promíchej.
- 3** Rozprostři květák na plech s pečicím papírem a peč 25 až 30 minut dozlatova.
- 4** Mezitím nakrájej salám Vysočina na tenké plátky a opečte ho na suché pánvi 2 minuty z každé strany, dokud není mírně křupavý.
- 5** Na stejné pánvi rozehřej zbývajících lžící oleje a usmaž vejce na volsko, osolte podle chuti.
- 6** Upečený květák rozložte na talíře, přidej plátky salámu a přilož smažené vejce. Podávej ihned.

Tip: Pro extra chuť pokapy hotový pokrm trochou citrónové šťávy nebo přidej špetku chilli vloček na pečený květák před podáváním.



Otevři recept v telefonu

Naskenuj kód a měj recept i seznam surovin po ruce, s cenami a možností přidat vše do košíku.

