
Kalafior po szwajcarsku

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2559 razy.

Składniki na 4 porcje:

1 średni kalafior (ok. 75 dag)

1 kg ziemniaków

20 dag wędzonej lub gotowanej szynki

4 jajka,

1 pojemnik (20 dag) śmietany kremówki

1/2 pęczka natki pietruszki

5 dag tartego żółtego sera (np.goudy)

sól i biały pieprz

tłuszcz do formy

czas przygotowania ok. 1 1/2 godziny

1 porcja - 460 kalorii

Ziemniaki wyszorować , gotować w mundurkach ok. 20 minut. Odląć wrzątek ostudzić ziemniaki, a następnie obrać . Oczyszczyć kalafior, opłukać , gotować pod przykryciem 15 minut w małej ilości osolonej wody. Pokroić ziemniaki w plasterki, szynkę w kostkę. Dobrze osączyć na sitku kalafior. Włożyć do nasmarowanego tłuszczem, płaskiego żaroodpornego naczynia. Dookoła kalafiora ułożyć plasterki ziemniaków, posypać warzywa połową pokrojonej szynki. Opłukać i osuszyć natkę pietruszki, drobno posiekać . Rozbełtać jajka w śmietanie, wymieszać z natką i utartym żółtym serem. Doprawić sos solą i pieprzem, połączyć warzywa. Zapiekać pół godziny w temperaturze 200 stopni C na złoty kolor. Na kilka minut przed końcem zapiekania posypać resztą szynki.