
Koper włoski zapiekany w beszamelu

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

Język: Polski

Odwiedzono: 1928 razy.

Porcja dla 4 osob. Czas przygotow. 50 min.

4 kopry,

60 g startego parmezanu do posypania,

masło do posmarowania.

Sos beszamelowy:

150 ml smietany 12%,

1 łyżka masła,

1 łyżka maki,

sol, pieprz.

1. Koper oczyścić, umyć, usunąć z bulw zewnętrzne, zgrubiałe części.
 2. Każdy koper przekroić wzdłuż na 4 plastry i gotować ok. 5 min w lekko osolonej wodzie. Wyjąć, osączyć z wody na sicie.
 3. Przygotować sos: z masła i maki zrobić jasną zasmażkę, rozprowadzić śmietaną, doprawić solą i pieprzem. Gotować na małym ogniu, aż sos zgęstnieje.
 4. Naczynie do zapiekania posmarować masłem, ułożyć plastry kopru, polać sosem, posypać startym parmezanem, zapiekać 15-20 min w temp. 200°C. Podawać z kartoflami puree.
- Do sosu można dodać 1-2 żółtka.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 32 "Warzywa", strona 72.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)