Pečene njoke s mesom i povrćem



Većina nas pripremamo njoke uvijek na jedan te isti način , skuhamo ih te uz njih pripremimo neki umak . Zato vam želim pokazati jedan od mojih načina pripreme ukusnih njoki uz povrće i meso .

SASTOJCI :

1 kg mljevenog mesa (po izboru)

1 kg njoki

480 g rajčice iz konzerve s komadićima (480 g Neto kolačina)

500 g sira (npr . gauda , emmentaler …)

500 g gljiva (npr . šampinjoni …)

2 luka

2 tikvice (srednje veličine)

200 ml vrhnja za kuhanje

1 ½ paprika (tri različite paprike žuta , crvena i zelena)

3 češnjaka

5 g šećera

2.5 g papra

½ žlice crvene paprike (začin)

1 žlica vegete (za meso) + ½ žlice vegete (za povrće)

1 žličica soli (za meso) + ½ žličice soli (za povrće)

50 ml ulja (za meso) + 20 ml ulja (za povrće)

PRIPREMA :

1 . oguliti i izrezati luk na sitne kockice …

2 . naribati sir …

3 . na zagrijanom ulju ispržiti luk , dodati meso , češnjak i sve začine (za meso) …

4 . meso pržiti dok ne bude gotovo …

U MEĐUVREMENU PRIPREMATI POVRĆE …

5 . tikvice , paprike i gljive oprati , tikvice izrezati na kolutiće , paprike na trakice a gljive na kriške …

6 . u povrće dodati ulji i začine (za povrće) te sve dobro izmiješati …

OSTAVITI POVRĆE SA STRANE KAKO BI DOVRŠILI MESO …

7 . u gotovo meso dodati rajčicu iz konzerve i vrhnje za kuhanje te sve samo izmiješati …

8 . u tepsiju istresti začinjeno povrće (možete povrće začiniti odmah u tepsiji) …

9 . na povrće poredati njoke (njoke ne kuhati prije) …

10 . na njoke poredati meso tako da su njoke u potpunosti prekrivene mesom …

11 . u prethodnu zagrijanu pećnicu na 180 stupnjeva staviti ručak da se peče 30 minuta …

12 . nakon 30 minuta izvaditi pečene njoke iz pećnice te ih posuti ribanim sirom …

13 . pecite njoke još cca . 15 minuta samo da vam se sir otopi i poprimi laganu zlatnu boju …





Ako vam se sviđaju recepti sa mog bloga možete se besplatno preplatiti

na moj YouTube kanal … hvala na povjerenju vaša Meri