Bramborový nákyp se špenátem a sýrem

Počet porcí: 4
Doba přípravy: 80 minut

Postup přípravy

Do vroucí osolené vody dáme vařit středně velké brambory, uvaříme a necháme vychladit. Pak nakrájíme na malé kostičky. Mezitím si na másle orestujeme nadrobno nakrájenou cibulku, po chvíli přidáme rozdrcený česnek a smícháme se špenátem. Osolíme a opepříme. Po vychladnutí špenátu přidáme nahrubo nastrouhaný eidam, žloutky, vyšlehaný sníh z bílků a na kousky nakrájené brambory, dochutíme a lehce promícháme. Vzniklou směs dáme do formy, kterou jsme předem vymazali máslem a vysypali strouhankou. Vložíme do trouby vyhřáté na 160° C a zapékáme cca 40 minut.

Ingredience

- **Brambory** - 620 g
- **Cibule volná** - 80 g
- **Špenát porcovaný hluboce zmrazený 400 g** - 400 g
- **Česnek** - 10 g
- **Jedlá sůl vakuová 1 kg** - 4 g
- **Strouhanka** - 20 g
- **Eidam 30% cihla 2600 g** - 80 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 4 g
- **Krajanka máslo 250 g** - 20 g
- **Vejce** - 240 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM
DIABETICA.CZ
VÁŠ SEZNAM ONLINE