



## Zapečené batáty

### Ingredience

- 4 střední batáty
- 100 g slanina
- 100 g tvrdý sýr
- 1 lžíce olivový olej
- 0.5 lžička MAGGI Tekuté koření
- 1 špetka sůl
- 1 špetka černý pepř
- 4 lžíce zakysaná smetana
- 1 snítka čerstvý koriandr
- 1 lžíce kukuřice
- 1 ks jarní cibulka

### Postup

1. Troubu předehřejte na 180 °C. Na plech s pečícím papírem položte podélně rozkrojené neoloupané batáty (řezem nahoru) a pokapejte je olivovým olejem. Batáty dejte péct asi na 30 minut.
2. Tvrdý sýr nastrouhejte na hrubém struhadle. Slaninu nakrájete na kostičky a orestujte na pánvi.
3. Směsí naplňte vydlabené batáty, posypte zbylým sýrem a dejte zapéct asi na 15 minut.
4. Vydlabaný vnitřek batátů smíchejte s 2/3 nastouhaného sýra, orestavou slaninou a Maggi Tekutým kořením. Dle chuti směs osolte a opepřete.
5. Hotové jídlo servírujte s kukuřicí, čerstvým koriandrem, jarní cibulkou, chilli a pokapané zakysanou smetanou.
6. Po této době vnitřek změkne a jde vydlabat. Vydlabané batáty i vnitřek nechte zcela zchladnout.

65 Méně

Sacharidy	20.53 G
Energie	312.97 kcal
Tuky	20.93 G
Protein	11.1 G

4