



## Zapečené batáty

### Ingrediencie

- 4 kusy batáty
- 100 g anglická slanina
- 100 g tvrdý syr
- 1 lyžica olivový olej
- 1.5 lyžičky MAGGI Tekuté korenie
- 1 g soľ
- 4 lyžice kyslá smotana
- 1 g čierne korenie
- 1 vetvička čerstvý koriander
- 1 lyžica kukurica na klasu
- 1 kus jarná cibuľka
- 1 g mleté chilli

### Postup

1. Rúru predhrejte na 180 °C.
2. Na plech s papierom na pečenie položte pozdĺžne prekrojené neolúpané batáty (rezom hore) a pokvapkajte ich olivovým olejom.
3. Batáty dajte piecť na asi 30 minút.
4. Po tejto dobe vnútro batátov zmäkne a dá sa vydlabať. Vydlabané batáty nechajte úplne vychladnúť.
5. Tvrdý syr nastrúhajte na hrubom strúhadle. Slaninu nakrájajte na kocky a orestujte na panvici.
6. Vydlabané vnútro batátov zmiešajte s 2/3 nastrúhaného syra, orestovanou slaninou a MAGGI Tekutým korením. Zmes podľa chuti osolte a okoreňte.
7. Vydlabané batáty naplňte zmesou, zasypte zvyšným syrom a dajte zapiecť na asi 15 minút.
8. Hotové jedlo podávajte s kukuricou, čerstvým koriandrom, jarnou cibuľkou, chilli a pokvapkajte kyslou smotanou.

75

4

sacharidy	10.48 g
energie	250.21 kcal
tuky	18.65 g
proteín	10.33 g