Zapiekanka gryczana z białym serem

Nikita

Polecane na: **danie główne, jednogarnkowe, lunchbox, zapiekanki**

Kuchnia (region): **arabska, polska**

Warto wiedzieć:

100 min

4 porcje

Składniki:

- kasza gryczana - 1/2 szklanka
- cebula szalotka - 1 szt.
- cukinia młoda - 1 torebka
- masło - 1 łyżka
- biały ser półtłusty - 100 g
- ser feta - 100 g
- pomidory suszone - 5-6 szt.
- jajo - 1 szt.
- tymianek - - kilka listków
- sól i pieprz - - do smaku
- słonecznik - 3-4 łyżka
- pomidorki koktajlowe - - kilka
- forma do zapiekania -
- masło do posmarowania formy i bułka tarta do oprószenia - - trochę
- bazylia - - kilka listków

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kaszę gryczaną opłukać i ugotować na sypko w 1 szklance wody (około 15 minut). Pomidory suszone pokroić w kostkę jak i cebulę. Cebulę udusić na maśle i dodać cukinię pokrojoną w kostkę. Dusić razem kilka minut, do miękkości cukinii. Ugotowaną kaszę przełożyć do miski, dodać uduszoną cukinię z cebulą, pokrojone suszone pomidory, pokruszony biały ser i fetę, jajko, sól, pieprz i tymianek. Wszystko razem wymieszać.

KROK 2: Formę do zapiekania wysmarować masłem i oprószyć bułką tartą. Wyłożyć masę gryczano-serową, na wierzchu ułożyć pomidorki koktajlowe (lekko je wcisnąć), kilka listków bazylii i posypać ziarnami słonecznika. Przykryć folią i wstawić do piekarnika nagrzanego do 200 stopni.

KROK 3: Piec 30 minut, po tym czasie ostrożnie zdjąć folię i zmniejszyć temperaturę do 190°C, piec kolejne 25-30 minut.
Upieczoną zapiekankę odstawić na 10-15 minut

i podawać na obiad, kolację lub zabrać ze sobą
do pracy w lunchboxie.
Zapiekanka jest równie pyszna na drugi dzień.