




Zapiekanka z ziemniaków i brokuła z sosem z nerkowców

 wegeweda

Polecane na: [zapiekanki](#)

Warto wiedzieć:

 25 min

 6 porcji

Składniki:

brokuł - 1 szt.
ziemniaki - 1 kg
przecier pomidorowy - 500 ml
orzechy nerkowca - 1 i 1/2 szklanka
cebula - 1 szt.
czosnek - 2 ząbek
pomidorki koktajlowe - 6 szt.
napój roślinny - 1/2 szklanka

gałka muskatołowa - 1/2 łyżeczka
oregano - 1 łyżeczka
zioła prowansalskie - 1 łyżeczka
estragon - 2 łyżka
płatki drożdżowe - 2 łyżka
sól - do smaku
oliwa - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Nerkowce zalej ciepłą wodą i odstaw do namoczenia na ok. 15 minut.

KROK 2: . Ziemniaki obierz ze skórki i pokrój w plastry, brokuła podziel na małe różyczki.

KROK 3: Na patelni rozgrzej oliwę. Cebulkę pokrój w kostkę, a czosnek przeciśnij przez praszkę i przełóż na patelnię. Podsmażaj, aż cebula nabierze złotego koloru. Wlej przecier pomidorowy i dodaj oregano oraz zioła prowansalskie. Wymieszaj, zagotuj i odstaw na bok.

KROK 4: Odcedź namoczone nerkowce z wody i przełóż do naczynia blendera. Dolej napój roślinny, gałkę muskatołową i trochę soli. Zmiksuj na gładki sos.

KROK 5: . Formę wysmaruj oliwą. Na spodzie ułóż ziemniaki pokrojone w plastry, posól i posyp estragonem. Posmaruj kilkoma łyżkami sosu

pomidorowego. Następnie ułóż różyczki brokuła i polej niewielką ilością sosu z nerkowca. Znowu ułóż ziemniaki posyp przyprawami i polej sosem pomidorowym, a potem ułóż brokuła i polej sosem z nerkowców. Tak do wyczerpania składników. Ostatnią warstwą powinien być brokuł i większa ilość sosu z nerkowców, rozprowadzonego równomiernie po zapiekance. Na wierzch ułóż pomidorki koktajlowe pokrojone w plasterki i posyp płatkami drożdżowymi. Wstaw do piekarnika z termoobiegiem rozgrzanego do 180 stopni. Zapiekaj około 60 minut.