

SZPARAGI ZAPIEKANE

Wpisany przez Administrator

czwartek, 25 stycznia 2007 20:26 - Poprawiony czwartek, 25 stycznia 2007 21:13

24 szparagi, 3 plastry szynki, śmietana, 50 g masła, szklanka mleka, 100 g tartego żółtego sera, łyżka mąki, starta gałka muszkatołowa, sól, pieprz, natka

Szparagi obrać, opłukać. Związać w pęczki, włożyć do osolonego wrzątku, gotować 15 min.

Połowę masła stopić, wsypać mąkę, podgrzewać nie rumieniąc. Stale mieszając, wlewać zimne mleko, dodać pieprz, sól, szczyptę gałki muszkatołowej. Zestawić z ognia, gdy sos się zagotuje.

Wymieszać z 4 łyżkami śmietany, resztą masła i 75 g sera. Plastry szynki przekroić na pół.

Połowę sosu wlać do żaroodpornego półmiska. Pęczki odsączonych szparagów owinać szynką, układać w naczyniu, zalać pozostałym sosem, posypać serem. Zapiekać ok. 15 min w rozgrzanym piekarniku. Przed podaniem posypać posiekana pietruszką.

wg ZELPIO