



Kalafior nadziewany mięsem



Sposób przygotowania

Z kalafiora wydrążyć głąb, tak by nie naruszyć konstrukcji kalafiora. Podgotować 10 min. Ostudzić. Surowe mięso mielone doprawić solą i pieprzem, ziołami. Dodać jajo, bułkę tartą. Faszerować dziurę po głąbie, wciskać mięso między przestrzenie poszczególnych różyczek. Można sobie pomóc drewnianą szpatułką, lub patyczkiem po lodach. Kalafior obłożyć serem gouda, zawinąć całego w folię aluminiową, włożyć do piekarnika i zapiekać ok. 30 min, w zależności od wielkości kalafiora. Pod koniec pieczenia odwinąć folię i pozwolić zapiec się serowi.

Składniki

- 0.5 kg mięso mielone, mieszane
- 5 łyżek bułka tarta
- 1 szt jajo
- 1 szczypta sól
- 1 szczypta pieprz
- 0.5 łyżeczki zioła prowansalskie
- 1 szt. duży kalafior
- 100 g ser gouda