

Makaron z serem dla dwojga

Kiedy podasz na stół makaron z serem dla dwojga, na talerzach nie zostanie ani odrobina. Zapieka się go w małym naczyniu żaroodpornym i podaje prosto z pieca. Palce lizać!

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

30 minut

LICZBA PORCJI:

2

SKŁADNIKI:

60 ml kwaśnej śmietany
1/3 szklanki mleka
115 g ostrego sera cheddar, tartego
60 g makaronu kolanka, ugotowanego
2 łyżki cebuli, posiekanej
słodka papryka, do posypania

PRZYGOTOWANIE:

- 1) Wymieszać śmietanę z mlekiem w misce. Dodać ser, makaron i cebulę.
- 2) Przełożyć do nasmarowanego naczynia żaroodpornego. Posypać

papryką, przykryć i piec 25 minut w temperaturze 160°C.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 405 kcal, 25 g tłuszczów (w tym 18 g NKT), 92 mg cholesterolu, 831 mg sodu, 26 g węglowodanów, 1 g błonnika, 18 g białka

Źródło zdjęcia: Shutterstock