

Pieczone wachlarze z ziemniaków

Takie ziemniaki to doskonały dodatek do mięs i drobiu.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

60 minut

LICZBA PORCJI:

6

SKŁADNIKI:

6 ziemniaków do pieczenia
2 cebule, przekrojone na połówki i pokrojone w plasterki
90 g masła, pokrojonego w kostkę
40 g selera naciowego, drobno posiekanego
1 łyżeczka soli morskiej
1 łyżeczka suszonego oregano
1/4 łyżeczki czosnku, wyciśniętego
1/4 łyżeczki czarnego pieprzu

PRZYGOTOWANIE:

1) Oстрым nożem zrobić w ziemniakach poprzeczne, głębokie nacięcia co 1,2 cm, nie przekrawając do końca. Lekko

rozpostrzeć plasterki. Ułożyć każdy ziemniak na kwadracie z grubej folii aluminiowej o boku około 30 cm.

2) Rozgrzać dość mocno płytę lub ruszt grilla przy zamkniętej pokrywie. Włożyć do nacięć w ziemniakach masło i cebulę. Posypać posiekanym selerem naciowym, solą, oregano, czosnkiem i pieprzem. Starannie zawinąć w folię aluminiową.

3) Piec ziemniaki niebezpośrednio nad ogniem i przy zamkniętej pokrywie 40–45 minut, aż zrobią się miękkie. Ostrożnie odwinąć z folii i natychmiast podawać.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 277 kcal, 5 g białka, 13 g tłuszczów, 35 g węglowodanów