Masové karbanátky s čepicí plnou dobrot

https://varimesmarcelou.cz/veprove-maso/masove-karbanatky-s-cepici-plnou-dobrot.html

Masové karbanátky s čepicí plnou dobrot je ideální letní jídlo. Je tu léto a s ním sezona cuket a hub. Zkuste si připravit masové karbanátky tak trochu jinak, s náplní ze smažených hub a cukety, a to vše zasypané sýrem. Je to výborná letní večeře hotová za pár minut.

Na přípravu 9 kusů karbanátků budeme potřebovat

- 500 g mletého masa (ideální je mix hovězího a vepřového)
- 1 syrové vajíčko
- 60 g strouhanky
- 1 větší mrkev nastrouhanou na nudličky
- 1 čajovou lžičku soli
- 1 rovnou čajovou lžičku mletého nového koření
- Mletý černý pepř dle chuti
- 8 šalvějových lístků nasekaných nadrobno
- Plech na pečení
- Papír na pečení

Na náplň si připravíme

- 100 g nakrájených hub (já jsem měla máslové žampiony, ale lesní houby jsou lepší)
- 150 g nakrájené cukety na špalíčky
- 1 větší cibuli nakrájenou na měsíčky
- 2 polévkové lžíce olivového oleje (na 1 lžíci jsem namíchala s olejem s přidáním chilli)
- 1 polévkovou lžíci worcesterské omáčky
- Trochu pálivé papriky pro zvýraznění chuti (můžete vynechat)
- Sůl dle chuti
- 50 g nastrouhaného sýra Chedar nebo Provolone
- 9 proužků uzeného špeku

Postup přípravy masových karbanátků s čepicí plnou dobrot

V míse smícháme všechny uvedené suroviny na karbanátky. Hmotu dobře rukama propracujeme, ochutnáme, zda je dostatečně slaná. Používám na to lžičku, kterou jen ponořím do masového těsta a následně ji olíznu.

Těsto na karbanátky necháme chvíli, třeba 10 minut, odpočívat.

Troubu zapneme a termostat nastavíme na 200 °C. Horní i dolní ohřev.

Připravíme si plech, na který položíme papír na pečení. Navlhčenýma rukama těsto na karbanátky rozdělíme přibližně na 9 dílů.

Z každého dílu v dlaních uděláme kuličku, z které vytvoříme mističku. Připravené karbanátkové misky klademe na papír na pečení.



Syrové masové karbanátky – misky na plechu
Zdroj: Marcela Hackerová

Plech i s karbanátky vložíme do vyhřáté trouby na 200 °C a pečeme je 25 minut.

Mezitím si připravíme náplň. Do pánve, použila jsem pánev WOK, nalijeme olivový olej a zahřejeme.

Do horkého oleje přidáme nakrájenou cibuli na měsíčky a asi 2 minuty smažíme. K zasmažené cibulce přisypeme nakrájené houby a nakrájené cukety. Směs není třeba podlévat, cuketa i houby tekutinu pustí samy.



Náplň na masové karbanátky
Zdroj: Marcela Hackerová

Promícháme a smažíme asi 5 minut, až se tekutina téměř vydusí. Pak náplň přelijeme připravenou worcesterskou omáčkou, přidáme trochu pálivé papriky a směs osolíme. Náplň promícháme a asi po minutě pánev odstavíme.

Náplň rovnoměrně navršíme na upečené karbanátky. Na každý položíme proužek uzeného špeku a vše zasypeme připraveným nastrouhaným sýrem.



Masové karbanátky s náplní před zapečením
Zdroj: Marcela Hackerová

Plech vrátíme do trouby, kterou jsme nastavily na program gril a pod grilem pečeme 5 minut, až se sýr roztopí.

Jednotlivé porce můžeme dozdobit kousky rajčat a bylinek.

Karbanátky jsou výborné s čerstvým zeleninovým salátem a plátky pečiva. S hranolky jsou až hříšně dobré. I studené jsou výborné, ale věřte mi, určitě nezbydou.