

Паста с броколи и сирене

Има вечери, в които най-добре работи нещо меко, бързо и спокойно за хапване. Тази паста с броколи и сирене е подходяща за деца над 1 година и става с обикновени продукти. Броколите омекват приятно, а сиренето свързва всичко в нежна вечеря за цялото семейство. Поднася се топла и е удобна, когато искате ястие без много суетене.

Подготовка: 15 мин **Готвене:** 20 мин **Общо:** 35 мин **Порции:** 4 **Възраст:** Над 1 година **Трудност:** Лесно

Съдържа алергени: Млечни продукти, Яйца, Глутен

Съставки

- 250 гр къса паста
- 250 гр броколи
- 150 гр сирене
- 2 яйца
- 200 мл прясно мляко
- 1 с.л. зехтин
- 1 щипка сол

Начин на приготвяне

1. Подготвяне: Разделете броколите на дребни розички и ги сварете за 3 - 4 минути във вода.
2. Сваряване на пастата: Сварете пастата до леко по-мека от обикновено и я отцедете.
3. Смесване: Разбийте яйцата с млякото, добавете натрошеното сирене и зехтина.
4. Обединяване: Смесете пастата и броколите със сместа и разбъркайте добре.

5. Печене: Прехвърлете в намазнена тава и запечете 15 минути на 180°C, докато се стегне.
6. Поднасяне: Оставете леко да изстине и поднесете на малки хапки.

Съхранение

- Дръжте в хладилник до 2 дни в затворен съд.
- При затопляне добавете 1 - 2 с.л. мляко и разбъркайте добре.

Замразяване

- Замразете на порции до 1 месец.
- Размразявайте в хладилник и загревайте на тих огън.

Съвети

- Ако сиренето е по-солено, накиснете го за кратко и го отцедете. Разрежете пастата по-дребно, ако детето ви предпочита по-лесни хапки.