ВЕЧЕРЯ

Паста с броколи и сирене



Паста с броколи и сирене за деца над 1 година, мека и бърза за вечерите, когато искате нещо спокойно за хапване. 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. Подготовка: 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, зехтина и солта.
4. Смесване с пастата: 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 загрявайте 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.