

# Mielone wołowe z warzywami



Autor: **GREGORHSPEED**  
Przepisów: **2331** Ocena: **51818**

 3-4 os.  60 min  łatwe  tanie

## Składniki:

- 500 g mięsa wołowego
- 1 łyżka musztardy dijon
- 1 łyżeczka mielonego imbiru
- 1/2 łyżeczki gorczycy
- 1/2 łyżeczki ziaren kolendry
- 1 łyżeczka pieprzu cytrynowego
- 1/2 łyżeczki pieprzu cayenne
- 100 ml bulionu wołowego
- 4 duże pieczarki
- 1 cukinia
- 2 pomidory
- 1 łyżeczka ziół prowansalskich
- 150 g startego żółtego sera
- sól, pieprz

## Sposób przygotowania:

- 1 Wołowinę mielimy na średnich oczkach, dodajemy musztardę i przyprawy utłuczone w moździerzu. Przyprawy razem z bulionem dodajemy do mięsa i dokładnie wyrabiamy. Mięso dzielimy na 4 części, umieszczamy w obręczach (9 cm), robiąc z mięsa 2 cm rant. Cukinię obieramy, kroimy w kostkę, dodajemy pomidory (bez skóry i nasion, pokrojone w kostkę), zioła prowansalskie, oprószamy solą i pieprzem, mieszamy. Pieczarki kroimy w drobną kostkę, układamy na mięsie. Następnie dajemy cukinię z pomidorami. Na wierzch układamy starty ser. Całość przekładamy na blaszkę i zapiekamy 35 min w temperaturze 180°C.

## Twoje notatki do przepisu: