

# Zapiekanka makaronowa z mięsem mielonym i brokułami



Autor: **lilaniki**  
Przepisów: **18** Ocena: **771**

3-4 os. 60 min średnie przystępne



## Składniki:

- Makaron penne, 200 g
- mięso mielone (mieszane), 200 g
- brokuł, 1 szt.
- marchewka, seler, po 1 szt
- pomidory świeże, kilka sztuk
- cebula, 1 szt.
- czosnek, 2 ząbki
- przyprawy do smaku wg uznania, sól, pieprz, oregano, cukier
- mąka, 2 łyżki
- masło, 2 łyżki
- mleko, około szklanki
- Gałka muszkatołowa, pół łyżeczki
- olej do podsmażenia mięsa, około łyżki
- Ser żółty do posypania, około 3-4 łyżek

## Sposób przygotowania:

- 1 Makaron gotujemy wg przepisu na opakowaniu na "al dente". Na patelni podsmażamy na łyżce oleju pokrojone w drobną kostkę cebule, marchewkę i seler. Dodajemy mięso mielone i pomidory. Gotujemy chwilę na małym ogniu. Na koniec smażenia dodajemy przeciśnięty przez praskę czosnek, odrobinę oregano (można też dać szczyptę cukru do smaku).
- 2 Nastawiamy piekarnik na 180 stopni. Różyczki brokułu blanszujemy we wrzątku przez ok. 5 minut (jeśli lubimy bardziej miękkie można blanszować dłużej). Przelewamy zimną wodą. Robimy sos beszamelowy z masła, mąki i mleka. Przyprawiamy gałką muszkatołową, solą i pieprzem.
- 3 Naczynie żaroodporne smarujemy tłuszczem lub wykładamy papierem do pieczenia. Połowę makaronu układamy na dnie naczynia, następnie mięso z sosem, resztę makaronu i na koniec brokuł. Polewamy wszystko beszamelem i posypujemy startym żółtym serem (najlepiej typu gruyere, miękkie, ciągnący się).
- 4 Zapiekankę pieczemy we wcześniej rozgrzanym piekarniku około 20 - 30 minut. Można zmniejszyć temperaturę i piec dłużej w przypadku, gdy chcemy podać zapiekankę z opóźnieniem na ciepło. Smacznego!

Twoje notatki do przepisu: