

Batáty se slunečnicovými semínky

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- čerstvá petrželka 2 snítka
- batáty 1 kg
- máslo 30 g
- slunečnicová semínka 1 hrst
- **podle chuti**
- sůl 1 ks

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Batáty oloupeme a nakrájíme na zhruba 3 - 4 mm silné plátky. Petrželku otrháme od stonků, slunečnicová semínka nasucho zlehka opražíme.

Zapékací misku vymažeme máslem. Batátová kolečka vsypeme do zapékací misky, zasypeme semínky, petrželkou a zlehka osolíme. Přiklopíme pokličkou a vložíme do trouby vyhřáté na 175 °C péct. Během pečení občas promícháme, zejména na začátku, aby se batáty trochu promastily. Pečeme cca 30 minut, dokud nejsou batáty měkké.

Batáty se slunečnicovými semínky podáváme jako přílohu, někomu postačí i jako hlavní chod.