



Ania Gotuje
Tylko najlepsze przepisy

Zapiekanki

Czas przygotowania: 20 minut

Czas zapiekania: 10 minut

Liczba porcji: 4 porcje


W 1 porcji:

Wartość energetyczna 340 kcal

Dieta: wegetariańska

Składniki

- 1 dowolna, długa bagietka
- 300 g pieczarek
- 300 g sera mozzarella
- dodatki: łyżeczka ziół włoskich; ketchup; natka pietruszki lub szczypiorek

 Ukryj zdjęcia

Zapiekanki

Kalorie policzone zostały na podstawie użytych przeze mnie składników. Jest to więc orientacyjna liczba kalorii, ponieważ Twoje składniki mogą mieć inną liczbę kalorii niż te, których użyłam ja. Z podanej ilości składników otrzymasz cztery spore zapiekanki z serem i pieczarkami.

Przed szykowaniem domowych zapiekanek zachęcam też do przeczytania najpierw całego wpisu. W treści podaję bowiem dużo ciekawych porad dotyczących składników oraz ich zamienników lub dodatków, dzięki którym zapiekanki z bagietki będą jeszcze pyszniejsze.

Zapiekanki przepis

Domowe zapiekanki wychodzą najlepsze na klasycznej bagietce pszennej. Aby zrobić cztery spore zapiekanki potrzebujesz jedną, długą bagietkę. Wystarczy przekroić ją równo wzdłuż na pół, a potem jeszcze w poprzek każdą na pół. Otrzymasz cztery porcje pod zapiekanki. Bagietka nie musi być idealnie świeża, chociaż im świeższa bułeczka, tym lepiej. Jeśli masz wczorajszą i już lekko podsuszoną oraz twardawą bagietkę, to nic się nie martw. Wystarczy zwilżyć dłonie wodą i mokrymi palcami "dotykać" pokrojone bagietki w suchych miejscach. W piekarniku ponownie zmiękną, a po chwili również zarumienią się apetycznie.

Porada: Do zrobienia zapiekanek można użyć dowolnych bagietek np. pełnoziarnistych lub żytnich. Sprawdzą się też wszelkie podłużne bułki oraz ciabatty.



Przygotuj sobie około 300 gram pieczarek. Kapelusze dużych pieczarek zazwyczaj obieram. Mniejsze tylko ewentualnie oczyszczam w razie potrzeby. Pieczarki zetrzyj na tarte, na dużych oczkach do warzyw. 300 gramów sera mozzarella w kostce (nie ten biały z zalewy) również zetrzyj na tarce, na tych samych oczkach. Do miski ze startymi pieczarkami i serem wsyp łyżeczkę ziół włoskich/prowansalskich, a następnie delikatnie wymieszaj całość. Robię to dłońmi, by nie zgniatać startego sera i pieczarek. *Porady:* Zamiast mozzarelli świetnie sprawdzi się też dobry żółty ser. Oprócz ziół można dosypać trochę pieprzu lub słodkiej papryki. Zamiast ziołowej mieszczanki zalecam dodać np. przyprawę do gyros lub też mieszankę przypraw kuchni meksykańskiej. Ciekawym dodatkiem smakowym jest też przyprawa zatar. Warto poeksperymentować z przyprawami, by nadać zapiekankom specyficznego smaku.

Do mieszanki mozzarelli z pieczarkami można też dodać pokrojone drobniej plasterki szynki lub salami. Małe kawałeczki boczku, kiełbasy też tutaj pasują. Tak samo świeża, super cienko pokrojona papryka lub odrobina drobniotko posiekanej cebulki.

Piekarnik nagrzej do około 200 stopni. Ja ustawiam 200 stopni z opcją grillowania od góry. Jeśli nie masz tej funkcji, to może być też termoobieg lub grzanie góra/dół. Zapiekanki wyjdą na każdym ustawieniu. Trzeba jednak pilnować ich cały czas, ponieważ wystarczy chwila nieuwagi i zapiekanki błyskawicznie się spiekają.

Cieńszą blaszkę z wyposażenia piekarnika wyłóż papierem do pieczenia. Blaszki nie umieszczam wyżej niż na środkowej półce, by bagietki nie podpiekały się za szybko. Jeśli masz "wczorajsze" bagietki, to zalecam je w pierwszej kolejności lekko podpiec przez chwilę spodem do góry. Może to trwać około dwóch minut, a może i trochę dłużej. Następnie odwróć kawałki bagietki płaską stroną do góry i podpiekaj chwile bułki jeszcze bez dodatków. Dzięki temu zapiekanki wychodzą zawsze idealnie rumiane i super chrupiące. Jeśli masz świeżutką bagietkę, to wystarczy, że podpieczesz kawałki bagietki tylko płaską stroną do góry. Będzie to trwało zapewne nie dłużej niż dwie minuty. Jak tylko brzegi zaczną się lekko rumienić, należy ostrożnie wysunąć szufladę z blaszką i na każdą bułkę wyłożyć solidną porcję mieszanki sera i pieczarek. Ponownie umieść blaszkę w piekarniku i obserwuj zapiekanki w komorze. Zapiekanki mogą być idealnie rumiane na bokach już po pięciu minutach pieczenia (albo i trochę dłużej). Jeśli ser i bułki rumienią się szybciej, to zapewne bagietki znajdują się za blisko nagrzanego grzałek lub też ustawiona została zbyt wysoka temperatura.



Czas zapiekania może być u każdego kompletnie różny. Mamy inne piekarniki, grzałki, czy też inne wysokości półek. Zawsze jednak trzeba pilnować zapiekane, ponieważ czasem wystarczy minuta nieuwagi i zapiekanki wyjdą spalone. Gotowe zapiekanki od razu wyjmij z pieca i podawaj np. z dodatkiem ketchupu i natki pietruszki.

Gorące zapiekanki będą idealnie chrupiące na zewnątrz i mięciutkie w środku. Klasyczny ketchup pasuje do nich idealnie. Jeśli jednak masz w swoich zapasach domowy ketchup z cukinii z mojego przepisu, to jest to idealny moment, by go użyć.

Pysznym dodatkiem będzie też sos czosnkowy. Można też pominąć ketchup i sos i na gotowe zapiekanki wyłożyć plastry świeżych pomidorów oraz siekany szczypiorek lub listki bazylii. Jeśli lubisz oliwki i sałatę rukolę, to śmiało możesz wyłożyć je na swoje zapiekanki.

Polecam też mój przepis na domowe burgery.

Smacznego.

Dziękuję za wspólne gotowanie.

Będzie mi miło jeżeli dodasz komentarz ze zdjęciem. Ania

