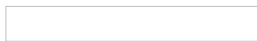


Banánový nákyp



Obtížnost: ○○○○○

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 1h 15min
Celkový čas: 1h 55min , Porce: 4

1410 kalorií , **1 g** cukrů , **50 g** tuků , **49 g** bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/bananovy-nakyp>

Příprava

V horkém mléce rozpustíme tuk, mírně osolíme, přidáme cukr a za stálého míchání vsypeme krupici a uvaříme hustou kaši. Do vychladlé kaše vmícháme žloutky, rozinky, na kolečka nakrájené banány, strouhanou kůru a zlehčíme tuhým sněhem, který jsme si ušlehali z bílků. Hmotu dáme do vymaštěné zapékací misky a zvolna pečeme, cca 45 minut. Porce na talíři zalijeme jahodovou šťávou z kompotu.

Ingredience

- 250 g hrubé krupice
- 1 l mléka
- 4 lžíce cukru krupice
- 2 lžíce másla
- 4 vejce
- 1 hrst rozinek
- 4 banány
- 1 lžička citrónové kůry
- špetka soli
- šťáva z jahodového kompotu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Ovoce, Děti do 5 let, Hlavní chod