

# Bezlepkové lívance se slaninou a javorovým sirupem



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 30min , Porce: 2

1296 kalorií , 0 g cukrů , 36 g tuků , 27 g bílkovin

Autor: Lucie

Odkaz: <https://srecepty.cz/bezlepkove-livance-se-slaninou-a-javorovym-sirupem>

## Příprava

Snídaňová hitparáda a slastná chuť slaného a sladkého dohromady. Tenhle recept je jeden z těch, které jsem si "vycucala z prstu", navíc už to bylo nějaký pátek zpět, takže poměry jednotlivých surovin kdyžtak berte spíš orientačně :) V první řadě si oddělíme z vejce bílek od žloutku, z bílků uděláme středně tuhý sníh. Do toho pak dáváme strouhaný kokos a kakaové hobliny (jsou to takové tvrdé kousky pravého kaka, prodávají se ve zdravé výživě) a přidáváme bezlepkovou mouku a žloutky. Směs by měla být ve výsledku polotekutá, ne tak moc jako na palačinky, ale ani ne tak, že by v tom ustála lžička nebo něco podobného. Na pánev dáváme kokosový olej a smažíme z obou stran do zlatova. Servírujeme s plátky pomeranče, opečenou slaninou, zalité javorovým sirupem.

## Ingredience

- ✓ 2 ks vejce
- ✓ 2 lžíce strouhaného kokosu
- ✓ 2 lžíce kakaových hoblin
- ✓ 1 hrnek bezlepkové mouky
- ✓ 1 lžíce kokosového tuku
- ✓ 4 kousky slaniny
- ✓ 1 ks pomeranč

## Kategorie

Snídaně



### Tip k receptu

Kombinace javorový sirup - pomeranč - slanina je úplně magická! Servírujte si ji i k jiným pokrmům. :)

