

# Brukvové opečenky



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 30min , Porce: 1

208 kalorií , 0 g cukrů , 3 g tuků , 8 g bílkovin

**Autor:** Kateřina Růžičková

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/brukvove-opecenky>

## Příprava

Na hrubo nastrouhané brukve smícháme s krupicí, žloutkem, osolíme, opeříme a vmícháme z bílku tuhý sníh. Vytváříme placičky, které obalíme ve strouhance a smažíme je po obou stranách dozlatova.

## Ingredience

- 80 g vařené brukve
- 30 g krupice vařené v mléce
- troška pepře
- 10 g strouhanky
- špetka soli
- 10 g tuku
- 1/2 vejce

## Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Zelenina, Hlavní chod

