

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, opepříme 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

