

Česnečka z pohankového mlýna



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 35min , Porce: 4

1306 kalorií , **1 g** cukrů , **47 g** tuků , **46 g** bílkovin

Autor: Angel 666

Odkaz: <https://srecepty.cz/cesnecka-z-pohankoveho-mlyna>

Příprava

Na rozpuštěnou lžící másla vhodíme slaninu nakrájenou na malé kostičky a opečeme. Po chvíli zasypeme lžící hladké mouky a usmažíme jíšku. Zalijeme vodou, promícháme, osolíme, opepříme a přidáme prolisovaný česnek. Chvilku provaříme, asi po 10 minutách přidáme majoránku, vklepeme vejce, promícháme, přisypeme pohanku a nasekanou petrželku. Polévku přiklopíme poklicí a ihned vypneme. Necháme 15 - 20 minut v klidu přiklopené, aby nám pohanka změkla. Po této době polévku promícháme, je-li třeba dochutíme a můžeme podávat.

Ingredience

- ✓ jedna lžice másla
- ✓ 60 g anglické slaniny
- ✓ 1 lžice hladké mouky
- ✓ sůl, pepř, majoránka podle chuti
- ✓ 3 - 4 stroužky česneku
- ✓ 1 hrneček pohankové lámanky
- ✓ 1 vejce
- ✓ petrželka

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Obiloviny, těstoviny a rýže, Rychlovka, Rodina, Polévka

