

Dýňové omelety s ovocem



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 35min , Porce: 8

1478 kalorií , 0 g cukrů , 20 g tuků , 31 g bílkovin

Autor: Angel 666

Odkaz: <https://srecepty.cz/dynove-omelety-s-ovocem>

Příprava

Oloupanou dýni najemno nastrouháme nebo rozmixujeme. Vejce rozmícháme se smetanou, přidáme k dýni, přisypeme mouku, sůl a nakonec přidáme skořici a vanilkový cukr. Vše vymícháme v těsto. Na rozehřátém oleji smažíme omelety. Mažeme je džemem, přeložíme napůl a na talíři doplníme libovolným ovocem.

Ingredience

- ✓ 400 g dýně
- ✓ 80 ml sladké smetany
- ✓ 3 vejce
- ✓ 150 g polohrubé mouky
- ✓ 2 lžičky vanilkového cukru
- ✓ 1 lžička skořice
- ✓ olej na smažení
- ✓ ovocný džem
- ✓ ovoce na ozdobu
- ✓ špetka soli

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Podzim, Finančně nenáročná, Rychlovka, Rodina, Hlavní chod

