

# Jablková rýže



**Obtížnost:** ○○○○○

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

**454** kalorií , **0 g** cukrů , **2 g** tuků , **8 g** bílkovin

**Autor:** Evík

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/jablkova-ryze>

## Příprava

Jablka oloupeme, nakrájíme na jemné nudličky a udusíme ve vařeném cukru s přidáním šťávy z citronu. Současně uvaříme rýži, zchladíme ji studenou vodou a necháme okapat. Přidáme chladná udušená jablka a přimícháme ušlehanou šlehačku, kterou jsme ušlehali s želatinou.

## Ingredience

- 5 jablek
- 1,25 dcl cukru krupice
- 120 g Rýže natural (celozrnná)
- 1 sáček želatiny
- 125 ml smetany ke šlehání (šlehačka)

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročné, Obiloviny, těstoviny a rýže, Klasika, Děti do 5 let, Hlavní chod