

Kapustový svítek



Obtížnost:  

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 35min
Celkový čas: 45min , Porce: 1

55 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 2 g bílkovin

Autor: Kateřina Růžičková

Odkaz: <https://srecepty.cz/kapustovy-svitek>

Příprava

Tuk umícháme se solí, přidáme žloutek a dobře utřeme. Pak přidáme mléko, jemně pokrájenou kapustu a nakonec zlehka vmícháme sníh z bílku. Pečeme v mírně vyhřáté troubě.

Ingredience

- ✓ 1 vejce
- ✓ 50 g kapusty
- ✓ 0,05 dcl mléka
- ✓ 10 g hrubé mouky
- ✓ špetka soli
- ✓ 5 g tuku

Kategorie

Obyčejný den, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Štíhlá slečna, Hlavní chod, Svačinka

