

Krokety z nivy



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 35min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 50min , Porce: 6

1851 kalorií , **3 g** cukrů , **44 g** tuků , **77 g** bílkovin

Autor: Evík

Odkaz: <https://srecepty.cz/krokety-z-nivy>

Příprava

Nejdřív si připravíme z vlažného mléka, droždí a cukru kvásek, který necháme vzejít. Do mísy nastrouháme nivu, přidáme 1 vejce, prolisovaný česnek, majoránku, osolíme, opepříme a přidáme vzešlý kvásek. Potom promícháme a necháme kynout v teple. Nakonec podle potřeby přidáme strouhanku, aby vzniklo hustší těsto. Utvoříme si z něj válečky a ty obalíme v klasickém trojobalu - mouka, vejce a strouhanka. A poté osmažíme dozlatova.

Ingredience

- ✓ 100 g Nivy
- ✓ 50 g droždí (kvasnice)
- ✓ 2 vejce
- ✓ 200 ml mléka
- ✓ 1 lžička cukru krupice
- ✓ špetka soli
- ✓ troška pepře
- ✓ troška majoránky
- ✓ 3 stroužky česneku
- ✓ 1 hrneček strouhanky
- ✓ 100 g hladké mouky

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Mléčné výrobky a vejce , Rodina, Příloha

