

Květák v majonézové omáčce



Obtížnost: 

Čas přípravy: 35min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 55min , Porce: 4

81 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 6 g bílkovin

Autor: Evík

Odkaz: <https://srecepty.cz/kvetak-v-majonezove-omacce>

Příprava

Květák omyjeme, rozebereme na růžičky, uvaříme v osolené vodě doměkka a necháme okapat a vychladit. Majonézu smícháme s jogurtem, 3 stroužky utřeného česneku se solí, hořčicí a několika kapkami octa dle chuti. Nakonec vmícháme jemně nakrájený kopr. Na talíř dáme růžičky květáku a přelijeme zhotovenou omáčkou.

Ingredience

- ✓ 1 hlávka květáku
- ✓ špetka soli
- ✓ 1 balení majonézy
- ✓ 1 balení bílého jogurtu
- ✓ 3 stroužky česneku
- ✓ 1 lžička plnotučné hořčice
- ✓ 5 kapek worcesterové omáčky
- ✓ 2 lžíce octa
- ✓ 3 lžíce kopru

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Mléčné výrobky a vejce , Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Vegetarián, Hlavní chod

