

Meruňkové omelety



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 25min , Porce: 4

964 kalorií , **2 g** cukrů , **63 g** tuků , **12 g** bílkovin

Autor: Romana Jakoubková

Odkaz: <https://srecepty.cz/merunkove-omelety>

Příprava

Vejce rozklepneme a oddělíme žloutky od bílků. V necelém 1/2 l smetany rozmícháme 4 žloutky. Přidáme špetku soli, lžičku cukru a hladkou mouku. Vše dobře promícháme a nakonec přidáme tuhý sníh z bílků. Do bílků přidáme špetku soli, sníh má pak pevnější konzistenci. Pánev vymažeme máslem, rozpálíme a naléváme na ni těsto. Pánev ihned nakláníme tak, aby se na ní těsto stejnoměrně rozlilo. Dáváme ho o něco více než na palačinky. Omelety nejprve opékáme nejprve po jedné straně dozlatova, pak je obrátíme a opékáme po druhé straně. Upečené omelety dáme do kastrůlku nad páru a když jsou všechny hotové potřeme je meruňkovým džemem, svineme a pocukrujeme.



Ingredience

- ✓ 1 lžička cukru moučka
- ✓ špetka soli
- ✓ 500 ml smetany
- ✓ 10-12 dkg hladké mouky
- ✓ 4 vejce
- ✓ meruňková marmeláda na potřeni
- ✓ máslo na vymazání

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Ovoce, Jídlo na každý den, Rodina, Dezert