

Omeletové trhance s pudinkem



Obtížnost: 

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 50min , Porce: 2

1325 kalorií , **1 g** cukrů , **57 g** tuků , **38 g** bílkovin

Autor: oriestok

Odkaz: <https://srecepty.cz/omeletove-trhance-s-pudinkem>

Příprava

Žĺtky vymiešame s práškovým cukrom. Z bielkov a 3 lyžíc krupicového cukru vyšľaháme tuhý sneh. Múku premiešame s 250 ml mlieka, vmiešame vymiešané žĺtky, posekané mandle, rum a tuhý sneh z bielkov. Cesto rozdelíme na 2 časti. Vo väčšej panvici rozpustíme maslo, vlejeme cesto a pečieme, kým okraje omelety nespevnjú. Obrátíme ju na druhú stranu, opečieme a nožíkom roztrháme na menšie kúsky a tie ešte opečieme. Potom opečieme druhú omeletu. Dáme na tanier a prelejeme uvareným teplým pudingom, ktorý sme uvarili so 400 ml mlieka, pudingu a 2 PL cukru. Dozdobíme posekanými mandľami a ovocím alebo zmrzlinou.

Ingredience

- ✓ 4 ks vajec
- ✓ 150 g polohrubé mouky
- ✓ 650 ml mléka
- ✓ 1 lžíce rumu
- ✓ 40 g másla
- ✓ 5 lžíc cukru krupice
- ✓ 1 lžíce cukru moučka
- ✓ 30 g pudinkového prášku

Kategorie

Obyčejný den, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročné, Mléčné výrobky a vejce , Rodina, Hlavní chod