

Oříškovo - vločkové sušenky



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 35min , Porce: 8

4225 kalorií , **91 g** cukrů , **227 g** tuků , **75 g** bílkovin

Autor: sylver

Odkaz: <https://srecepty.cz/oriskovo-vlockove-susenky>

Příprava

Ořechy a vločky pomeleme. Dáme do misky kam postupně přidáváme všechny suroviny. Promísíme a těsto necháme odležet půl hodiny. Pak vytvarujeme (pomocí dvou polévkových lžic) placičky asi 1 cm hrubé. Klademe na plech s pečicím papírem a upečeme ve středně vyhřáté troubě dorůžova. Po vychladnutí je namáčíme v rozpuštěné čokoládě nebo čokoládové plevě.

Ingredience

- 10 dkg vlašských ořechů mletých
- 30 dkg ovesných vloček
- 20 dkg polohrubé mouky
- 10 dkg včelího medu - tekutého
- 20 dkg Hery
- 2 vejce
- 10 dkg čokolády na vaření

Tip k receptu

Uložíme do plastové dózy a vydrží více jak měsíc měkké a vláčné.

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Rychlovka, Rodina, Moučník

