

# Palačinky se zeleninou



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 15min  
Celkový čas: 30min , Porce: 2

300 kalorií , 3 g cukrů , 27 g tuků , 1 g bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/palacinky-se-zeleninou>

## Příprava

Mrkev a kedluben očistíme a nastroháme na slzičkovém struhadle. Ve vodě rozmícháme škrob, sójovou a worčestrovou omáčku. V pánvi rozežřejeme olej, přidáme mrkev s kedlubnou, osolíme, opeříme a na středním plameni restujeme 5 minut. Poté přidáme mražený hrášek a restujeme další 1 minutu. Obsah pánve zahustíme připravenou směsí vody se škrobem, asi 1 minutu povaříme a odstavíme. Horkou zeleninovou směsí z pánve naplníme předem připravené palačinky. Podáváme s vařenými brambory.

## Ingredience

- ✓ hotové palačinky, 50 g mrkve
- ✓ 50 g kedlubny
- ✓ 100 g mraženého hrášku
- ✓ 2 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ sůl
- ✓ pepř
- ✓ 6 lžic vody
- ✓ 1 lžička kukuřičného škrobu
- ✓ 1/4 lžičky sojové omáčky
- ✓ 1/4 lžičky worcesterské omáčky

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod, Svačinka

