

Špenátové lívance



Obtížnost:

Čas přípravy: 50min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 2

875 kalorií , 1 g cukrů , 21 g tuků , 39 g bílkovin

Autor: oriestok

Odkaz: <https://srecepty.cz/spenatove-livance>

Příprava

Špenátový pretlak zmiešame s cesnakovou pastou, hrubou múkou, soľou, mletým čiernym korením, majoránom, postrúhaným muškátovým orieškom. Primiešame žĺtka a vypracujeme cesto. Ak je cesto husté, rozriedime ho mliekom. Nakoniec vmiešame sneh z bielok. Vyprážame v lievancovej forme na väčšom množstve oleja. Vypražené lievance môžeme spájať roztierateľným syrom, alebo šunkovou penou. Vrch ozdobíme šľahačkou ochutenou chrenom. Môžeme ich podávať aj nespájaná, so zemiakovou kašou a opraženou cibulľkou.

Ingredience

- ✓ 150 g špenátového protlaku
- ✓ 3 stroužky cesneku
- ✓ 150 g hrubé mouky
- ✓ špetka černého mletého pepře
- ✓ špetka majoránky
- ✓ muškátový ořech
- ✓ 3 vejce

Kategorie

Obyčejný den, Slovenská, Vegetariánská, Zelenina, Rodina, Hlavní chod