

Šunkové závitky s fazolkou



Obtížnost: 

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 50min , Porce: 4

2692 kalorií , 15 g cukrů , 15 g tuků , 82 g bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/sunkove-zavitky-s-fazolkou>

Příprava

Fazuřové strúky zvaríme v osolenej vode. Vyberieme ich na sitko a necháme odkvapkať. Potom ich porozdelujeme na plátky šunky. Zvinieme ich do závitkov a zopneme šparadlom. Z múky, mlieka, žĺtkov a syra vymiešame hladké cesto. Osolíme ho, okoreníme a premiešame so snehom z bielkov. Závitky namáčame do cesta a na horúcom oleji vypražíme do zlatova.



Tip k receptu

Podávame s opekanými zemiakmi a zeleným šalátom.

Ingredience

- ✓ 650 g zelených fazolových lusků
- ✓ 8 tenkých plátků šunky
- ✓ 4 vejce
- ✓ 80 g uzeného strouhaného sýra
- ✓ 50 ml mléka
- ✓ 5 lžíc hrubé mouky
- ✓ sůl podle potřeby
- ✓ 100 ml olivového oleje
- ✓ troška mletého pepře

Kategorie

Výjimečný den, Slovenská, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročné, Rodina, Předkrm