

# Syrníky



Obtížnost: 

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

**2964** kalorií , **1 g** cukrů , **261 g** tuků , **117 g** bílkovin

**Autor:** Zuzana Jašková

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/syrniky>

## Příprava

Tvaroh dáme spolu s ostatními přísadami do hlubší mísy, řadně promícháme a ušleháme. Ze směsi tvoříme ploché koláčky, obalujeme je v mouce a smažíme na tuku. Syrníky můžeme rovněž opékat na lívanečnicku vymazaném tukem. V tomto případě je pečeme jako malé lívanečky. Podáváme je polité hustou kyselou smetanou.

## Ingredience

- ✓ 500 g tvarohu
- ✓ 3 lžíce zakysané smetany
- ✓ 3 vejce
- ✓ 1 lžíce cukru
- ✓ 2 lžíce hladké mouky
- ✓ 1 zakysaná smetana na políť
- ✓ špetka soli
- ✓ olej na smažení

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Klasika, Rodina, Hlavní chod, Svačinka