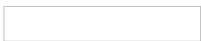


Sýrový nákyp



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 4

1740 kalorií , **1 g** cukrů , **106 g** tuků , **101 g** bílkovin

Autor: katka16031

Odkaz: <https://srecepty.cz/syrov-y-nakyp>

Příprava

Do misky dáme celá vejce a nahrubo nastrohanou eidamskou cihlu, zalijeme mlékem a přidáme polohrubou mouku. Pořádně zamícháme, přidáme muškátový květ a sůl. Zapékací misku pořádně vymažeme máslem a zasypeme strouhankou. Přendáme sýrovou hmotu a dáme péct. Pečeme asi 35-40 minut při 200°C v horkovzdušné troubě.

Ingredience

- 250 g Eidamu v celku
- 4 vejce
- 150 ml mléka
- 6 lžic polohrubé mouky
- sůl
- muškátový květ
- máslo
- strouhanka

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Finančně nenáročné, Mléčné výrobky a vejce , Rychlovka, Chudý student, Hlavní chod