

# Tvarohové noky s medem



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 5min  
Celkový čas: 15min , Porce: 2

**1662** kalorií , **49 g** cukrů , **15 g** tuků , **49 g** bílkovin

**Autor:** Hloušková

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/tvarohove-noky-s-medem>

## Příprava

Tvaroh utřeme s vejci, přidáme osolenou mouku a vypracujeme tuhé těsto. Lžící namočenou ve vodě vykrajujeme noky a vaříme v osolené vodě 5 minut. Na talíři je posypeme nasucho opraženou strouhankou promíchanou s ořechy a polijeme medem.

### ▣ Tip k receptu

Můžeme použít i mák s cukrem.

## Ingredience

- 2 balení jemného tvarohu
- 2 vejce
- 1 hrnek hrubé mouky
- špetka soli
- 8 lžic strouhanky
- 1 hrst vlašských ořechů
- 4 lžíce včelího medu

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Klasika, Rychlovka, Dezert, Svačinka

