

Zapékané palačinky



Obtížnost: 

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

650 kalorií , **2 g** cukrů , **8 g** tuků , **48 g** bílkovin

Autor: katka16031

Odkaz: <https://srecepty.cz/zapekane-palacinky>

Příprava

Z mléka, vejce, mouky, soli, kakaa a cukru ušleháme těsto na palačinky a na pánvi je opečeme do zlatova. Tvaroh, citronovou kůru, cukr, rozinky a mléko vyšleháme do pěny. Směsí plníme palačinky, zarolujeme, poklademe na zapékač talíř, se shora ozdobíme sněhem a dáme asi na 3 minuty zapéct do mikrovlnky, než sníh zežltne. Poté zdobíme rozehřátou čokoládou smíchanou s mlékem a vodou pro rozředění.

Ingredience

- ✓ 250 ml mléka
- ✓ 1 vejce
- ✓ 100 g hladké mouky
- ✓ špetka soli
- ✓ troška cukru moučka
- ✓ 1 lžička kakaa
- ✓ 250 g odtučněného tvarohu
- ✓ troška citrónové kůry
- ✓ rozinky
- ✓ trocha mléka na rozředění náplně

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Jídlo na každý den, Rodina, Moučník