

Závitky s pohankou



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 20min , Porce: 4

1369 kalorií , **0 g** cukrů , **28 g** tuků , **55 g** bílkovin

Autor: katka16031

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

Příprava

Cibuli nakrájíme a opražíme na oleji, přidáme houby, osolíme, přidáme pohanku, podlijeme vodou a dusíme do měkka. Necháme vychladnout, pak vmícháme vejce. Listy zelí spaříme, naplníme pohankovou náplní a zabalíme. Závitky klademe do vymazaného pekáče, pokapeme olejem, podlijeme protlakem rozmíchaným ve vodě a dáme do trouby zapéct.

Ingredience

- ✓ 350 g pohanky
- ✓ 2 vejce
- ✓ 25 g sušených hub
- ✓ 1 hlávka bílého zelí
- ✓ 1 cibule
- ✓ rostlinný olej
- ✓ 1 konzerva rajčatového protlaku
- ✓ sůl

Kategorie

Obyčejný den, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročné, Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Hlavní chod