

# 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