

Obalovaný květák

Hlavní jídlo

(vytvořil*a Buky)

název	množství (na 1.0 porcí)
Brambory	267 gramy
Olej slunečnicový	67 mililitry
Mléko	67 mililitry
Strouhanka	33 gramy
Mouka - hladká	17 gramy
Majonéza	17 gramy
Vejsce slepičí	0.5 kusy
Květák	0.2 kusy
Kečup	0 kusy
hořčice	0 kusy

návod k přípravě

Postup:

Nakrájíme květák na střední kousky. Obalíme ho v trojobalu (mouka, vejce + mléko, strouhanka) a osmažíme dokud nebude strouhanka dozlatova.

Nakrájené ostrouhané brambory dáme vařit do osolené vody a podáváme s domácím dipem, kečupem, majonézou nebo hořčicí.

úkoly

název	popis	dnů před vařením
Dip	Koupit jogurt / smetana na domácí omáčku	3