

Cuketové bezlepkové penízky

Počet porcí: 3

Doba přípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Cuketu nastrouháme na hrubém struhadle a "vyždímáme" z ní šťávu. Přidáme nastrouhaný sýr, vejce, rozetřený česnek, mouku a posekanou petrželku. Opepříme a opatrně dosolíme. Balkánský sýr jídlo více osolíme. Vyhněteme těsto a necháme 15 minut odležet. Na rozpáleném tuku smažíme malé penízky, které vytvoříme takto. Malou hromádku těsta vhodíme do kukuřičné strouhanky a rukama vytvarujeme malou obalenou placičku (o průměru 4-5 cm).

Podáváme s různými typy zeleninových salátů a přímo k penízům neškodí trocha dresingu.

Ingredience

- **Cuketa** - 100 g
- **Česnek** - 1 g
- **Vejce** - 50 g
- **Jedlá sůl** - 3 g
- **Petrželová nať** - 2 g
- **Bezlepková mouka Nomix 500 g** - 70 g
- **Jihočeské máslo 82 % 250 g** - 15 g
- **Balsýr 200 g** - 120 g
- **Kukuřičná strouhanka 200 g** - 10 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 1 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

DIABETICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

