

Banánová omeleta



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 35min , Porce: 1

842 kalorií , **0 g** cukrů , **38 g** tuků , **23 g** bílkovin

Autor: Evík

Odkaz: <https://srecepty.cz/bananova-omeleta>

Příprava

Do větší mísy dáme smetanu a strouhanku a necháme máčet asi tak 5 minut. Přidáme žloutky, sůl, cukr, vanilkový cukr a na kostičky nakrájené banány. Promícháme a nakonec přidáme pevně ušlehané bílky. Důkladně promícháme. Do větší pánve nebo do pekáčku dáme rozehrát trochu oleje, na něj nalijeme připravenou směs. Navrch rozložíme vločky másla. Omeletu upečeme v přehřáté troubě a před podáváním ji pocukrujeme.

Ingredience

- 100 g čerstvé strouhanky
- 100 ml sladké smetany
- špetka soli
- 2 vejce
- 1 lžice cukru
- 1 lžička vanilkového cukru
- 2 banány
- 1 lžice oleje
- 1 lžice másla

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Ovoce, Jídlo na každý den, Děti do 5 let, Snídaně, Svačina

