

Čočka na husto



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 40min , Porce: 5

1499 kalorií , **0 g** cukrů , **31 g** tuků , **83 g** bílkovin

Autor: Kateřina Růžičková

Odkaz: <https://srecepty.cz/cocka-na-husto>

Příprava

Čočku uvaříme spolu s majoránkou, poté zahustíme moukou. Přidáme 2 lžíce oleje, ochutíme solí a mačkaným česnekem. Na konec zamícháme zakysanou smetanu.

Ingredience

- kousek česneku
- 35 dkg čočky
- troška majoránky
- 1-3 lžíce hladké mouky
- 2 lžíce slunečnicového oleje
- špetka soli
- 2 lžíce zakysané smetany

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Luštěniny, Vegetarián, Hlavní chod

