

# Mřížkové koláče se špenátem

Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 40min  
Celkový čas: 1h 20min , Porce: 20

910 kalorií , 0 g cukrů , 77 g tuků , 44 g bílkovin

Autor: linkinkatka

Odkaz: <https://srecepty.cz/mrizkove-kolace-se-spenatem>

## Příprava

Na troše oleje osmažíme pokrájenou cibuli. Přidáme špenátový protlak a 2 - 3 minuty za stálého míchání podusíme. Obsahuje-li špenát moc vody, dusíme déle, než se voda vypaří. Výsledkem by měla být hustá "kaše". Přidáme jedno celé vejce, promícháme a odstavíme. Osolíme, opepříme a necháme vychladnout. Se solí opatrně, sýr je dost slaný. Sýr nastrouháme nahrubo a vmícháme společně se smetanou a rozmačkaným česnekem do špenátu. Ochutnáme a v případě potřeby dochutíme solí, pepřem nebo česnekem. Polovinu těsta rozválíme, pokrájíme na čtverce a na každý dáme hromádku špenátu. Druhé vejce rozšleháme vidličkou a potřeme okraje každého čtverce se špenátem. Rozválíme druhou část těsta, nakrájíme obdélníky (užší než čtverce - roztažením mřížky se rozšíří), přejedeme mřížkovým válečkem a překryjeme špenát. Okraje přitiskneme. Pečeme v troubě vyhřáté na 220°C asi 15 minut.

## Ingredience

- 2 balení listového těsta
- 1 balení špenátového protlaku
- 250 g balkánského sýra
- 2 vrchovaté lžíce zakysané smetany
- 1 velká cibule
- 2 stroužky česneku
- špetka soli
- troška mletého pepře
- 2 vejce
- 1 lžíce oleje

## Kategorie

Halloween, Česká, Vegetariánská, Finančně nenáročná, Zelenina, Něco extra, Vegetarián, Svačinka