Ovocná omáčka k palačinkám a lívancům

Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 25min , Porce: **4**

97 kalorií , **0 g** cukrů , **0 g** tuků , **0 g** bílkovin

Autor: Angel 666

Odkaz: https://srecepty.cz/ovocna-omacka-k-palacinkam-a-livancum

Příprava

Ovoce dáme do kastrůlku, podlijeme asi 100-150 ml vody, přidáme oba cukry, koření a pod pokličkou krátce povaříme. Solamyl rozmícháme v 1 lžíci vody a změklé ovoce zahustíme do hustoty medu. Nakonec přidáme rum a omáčku ihned vypneme. Komu vadí semínka malin, ovoce před zahuštěním propasíruje přes cedník. Omáčkou přeléváme palačinky nebo lívance.

Tip k receptu

Omáčku můžeme udělat jen z jednoho druhu ovoce, tato omáčka je dobrá i z mražených meruněk.

Ingredience

- 2 hrsti mražených jahod
- 2 hrsti mražených malin
- 2 hrsti mražených borůvek
- 1 sáček vanilkového cukru
- 3 lžíce cukru krupice
- špetka skořice
- špetka mletého hřebíčku
- 1-2 lžičky Solamylu
- 2 lžíce rumu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročné, Ovoce, Jídlo na každý den, Rodina, Omáčka