

Perník na plech



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 50min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 8

2879 kalorií , **8 g** cukrů , **135 g** tuků , **55 g** bílkovin

Autor: jarmilauhlirova

Odkaz: <https://srecepty.cz/pernik-na-plech>

Příprava

Vše smícháme a pečeme. Smetanu svaříme s čokoládou, polijeme jí perník a sypeme ořechy.

Ingredience

- 400 g hladké mouky
- 50 g cukru krupice
- 1 balení kypřicího prášku do perníku
- 1 lžíce skořice
- 2 lžíce kakaa
- 2 lžíce medu
- 1 vejce
- 125 ml slunečnicového oleje
- 450 ml mléka
- 160 g čokolády na vaření
- 160 ml sladké smetany
- 2 hrsti ořechů

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročné, Klasika, Návštěva, Moučník

