

Sýrová omáčka s kukuřicí



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 10min
Celkový čas: 15min , Porce: 1

256 kalorií , **0 g** cukrů , **10 g** tuků , **10 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/syrova-omacka-s-kukurici>

Příprava

Sýr nastroháme, nebo nakrájíme na drobno. Mléko uvedeme do varu a vsypeme hotovou jíšku. Za stálého míchání povaříme asi 5 minut a poté přidáme sýr. Na mírném plameni vaříme do rozpuštění sýra. Uvařenou omáčku dochutíme solí, pepřem a vmícháme kukuřici. Necháme přejít varem a odstavíme. Na talíř dáme v osolené vodě uvařené těstoviny, polijeme uvařenou omáčkou a ihned podáváme.

Ingredience

- 60 g plísňového sýra
- 350 ml plnotučného mléka
- 2 lžíce instantní světlé jíšky
- špetka bílého pepře
- sůl
- 3 lžíce sterilované kukuřice

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Mléčné výrobky a vejce , Jídlo na každý den, Rychlovka, Chudý student, Rodina, Omáčka

