

Květák na polský způsob



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 0min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 30min , Porce: 4

840 kalorií , **0 g** cukrů , **63 g** tuků , **32 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/kvetak-na-polsky-zpusob>

Příprava

Očistený karfiol uvaríme v osolenej vode, rozoberieme ho na ružičky, dáme na misu, posypeme posekanými vajcami, nadrobno nakrájanou šunkou, nadrobno nakrájanou zelenou petržlenovou vňaťou a strúhankou opraženou na masle.

Ingredience

- 1 květák
- 60 g másla
- 2 uvařená vejce
- 100 g šunky
- 40 g strouhanky
- 1 lžíce petrželové řati
- špetka soli

Kategorie

Obyčejný den, Polská, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročné, Zelenina, Rychlovka, Labužník, Hlavní chod