

Květákové květy



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 30min , Porce: 1

28 kalorií , **7 g** cukrů , **1 g** tuků , **0 g** bílkovin

Autor: Kateřina Růžičková

Odkaz: <https://srecepty.cz/kvetakove-kvety>

Příprava

Květákové růžice podélně nařízneme (od květu ke košťálu) a do řezu vložíme plátek salámu a kolečko cibule či pórků. Okořeníme, poklademe plátkem sýra a necháme v troubě zapéci, příp. zabalíme do alobalu.

Ingredience

- 5 g cibule (kolečka)
- troška grilovacího koření
- 30 g kvěťáku (uvařený do poloměkka)
- 5 g plátkového sýru
- 5 g plátkového salámu
- 5 g tuku

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Zelenina,
Hlavní chod, Svačinka

