

Lívance



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 4

357 kalorií , **0 g** cukrů , **1 g** tuků , **10 g** bílkovin

Autor: Svetlana

Odkaz: <https://srecepty.cz/livance>

Příprava

Droždí rozdrobíme do hrnku, přidáme trochu mléka, lžící cukru, lžící mouky a necháme vykynout kvásek. Ovesné vločky, zbytek mouky a cukru dáme do mísy, přidáme vykynutý kvásek a zbytek mléka a zaděláme lité těsto. Necháme asi 20 minut kynout a potom lijeme na lívanečnick a opékáme z obou stran do zlatova.

Ingredience

- 100 g polohrubé mouky
- 2 vrchovaté lžíce ovesných vloček
- 1/4 l mléka
- 20 g cukru krupice
- 15 g droždí
- špetka soli

Kategorie

Svatý Valentýn, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Obiloviny, těstoviny a rýže, Něco extra, Děti do 5 let, Moučník

