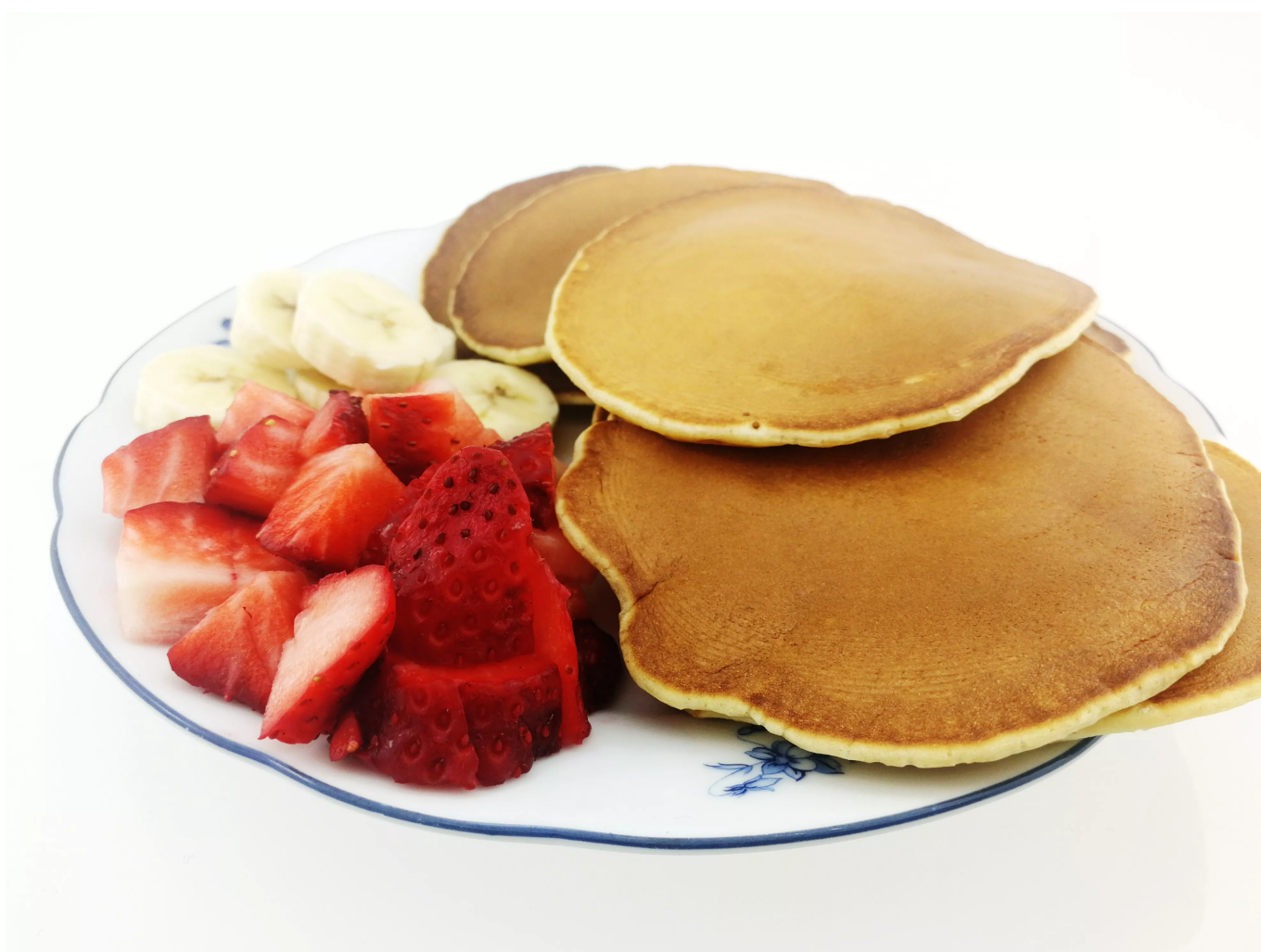




Lívance z kvásku

Ingredience

špaldová mouka - hrnek: 1.5 ks
vejce: 1 ks
mléko - hrnek: 1 ks
kvásek: 3 PL
špetka soli
kokosový olej
čerstvé ovoce, marmeláda

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Méně dietní, ale chutné

Všechny suroviny vložíme do mísy a umícháme hladké těsto, které necháme na teplém místě pod utěrkou asi 1 hodinu kynout. Na pánvi rozežřejeme kokosový olej, na kterém smažíme lívance z obou stran dozlatova. Lívance z kvásku podáváme s čerstvým ovocem a oblíbenou marmeládou.

Lívance z kvásku - recept

Všechny suroviny vložíme do mísy a umícháme hladké těsto, které necháme na teplém místě pod utěrkou asi 1 hodinu kynout. Na pánvi rozežřejeme kokosový olej, na kterém smažíme lívance z obou stran dozlatova.

Lívance z kvásku podáváme s čerstvým ovocem a oblíbenou marmeládou.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí